

Montag, 31.01.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Latin Dance	Karin	SAAL 1
08:30 - 09:30	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
09:30 - 10:30	Fight Work	Franky	SAAL 1
10:30 - 11:30	Wirbelsäulengymnast	Franky	SAAL 1
18:00 - 19:00	Bodywork	Gabi	SAAL 1
19:00 - 19:30	30' Sixpack	Gabi	SAAL 1
19:30 - 20:30	Flow Yoga	Karin	SAAL 2

Dienstag, 01.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:00 - 10:00	Rückenfit	Karin	SAAL 1
09:00 - 10:00	Yoga sanft	Bettina	SAAL 2
10:00 - 11:00	BauchBeinePo	Bettina	SAAL 1
17:00 - 18:00	TRX by Helga	Helga	SAAL 2
18:00 - 19:00	Bodyart	Helga	SAAL 1
19:00 - 20:00	Pilates	Helga	SAAL 1

Mittwoch, 02.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Stars Iron	Helga	SAAL 1
09:30 - 10:30	Pilates & Stretch	Valentina	SAAL 2
09:30 - 10:30	Dance	Istvan	SAAL 1
18:00 - 19:00	Bodywork	Valentina	SAAL 1
19:00 - 20:00	Cycling	Lisa	SAAL 1
19:30 - 20:30	Bodywork	Istvan	SAAL 2

Donnerstag, 03.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Pilates	Karin	SAAL 1
09:30 - 10:30	Yoga	Karin	SAAL 1
09:00 - 10:00	Good Morning Power	Valentina	SAAL 2
10:30 - 11:30	Qi Gong	entfällt leider	SAAL 1
17:00 - 18:00	WALKenergie	Helga	SAAL 2
17:00 - 18:00	Cycling	Carina	SAAL 1
18:00 - 19:00	ABBP by Helga	Helga	SAAL 2
19:00 - 20:00	Dance	Istvan	SAAL 1

Freitag, 04.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Rückenfit	Carina	SAAL 1
09:30 - 10:30	Cycling	Carina	SAAL 1
18:30 - 19:30	Rückenfit	Istvan	SAAL 1
19:30 - 20:30	Bodywork	Istvan	SAAL 1

Samstag, 05.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:30 - 10:30	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
09:30 - 10:30	DanceWorkout	Karin	SAAL 1
10:30 - 11:30	Intervalltraining	Karin	SAAL 1

Sonntag, 06.02.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:30 - 10:30	Bodywork	Karin	SAAL 1
10:30 - 11:30	Sixpack & Stretching	Karin	SAAL 1