



Kursprogramm ab dem 29.10.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8.15 - 9.10 Uhr			
		Schwinn-Cycling			
9.00 - 9.55 Uhr		9.15 - 10.15 Uhr	9.15 - 10.00 Uhr		
Schwinn-Cycling		Fit-Mix	Pilates		
10.00 - 10.45 Uhr				10.00 - 10.55 Uhr	
Bauch-Beine-Po				Schwinn-Cycling	
				11.10 - 12.40 Uhr	
	17.00 - 17.55 Uhr			Yoga	14.00 - 15.00 Uhr
	Schwinn-Cycling				Schwinn-Cycling
18.00 - 18.40 Uhr	18.00 - 18.55 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr	17.40 - 18.30 Uhr	
Fit Mix	Schwinn-Cycling	Rundum den Rücken	Rücken-Workout	Sling Training	
18.45 - 19.15 Uhr	19.05 - 19.50 Uhr	18.55 - 19.55 Uhr	18.50 - 19.35 Uhr	18.35 - 19.30 Uhr	
Hanteltraining	Pilates	Schwinn-Cycling	Power-Workout	Schwinn-Cycling	
19.25 - 20.25 Uhr			19.45 - 21.15 Uhr		
Schwinn-Cycling			Yoga		