



## Kursprogramm ab dem 12.03.2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8.15 - 9.10 Uhr			
		<b>Schwinn-Cycling</b>			
9.00 - 9.55 Uhr		9.15 - 10.15 Uhr	9.15 - 10.00 Uhr		
<b>Schwinn-Cycling</b>		<b>Fit-Mix</b>	<b>Pilates</b>		
10.00 - 10.45 Uhr	12.00 - 13.30 Uhr			10.00 - 10.55 Uhr	
<b>Bauch-Beine-Po</b>	<b>Yoga</b>			<b>Schwinn-Cycling</b>	
				11.10 - 12.40 Uhr	
	17.00 - 17.55 Uhr			<b>Yoga</b>	14.00 - 15.00 Uhr
	<b>Schwinn-Cycling</b>				<b>Schwinn-Cycling</b>
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	
<b>Fit Mix</b>	<b>Schwinn-Cycling</b>	<b>Rundum den Rücken</b>	<b>Rücken-Workout</b>	<b>Sling Training</b>	
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	
<b>Hanteltraining</b>	<b>Pilates</b>	<b>Schwinn-Cycling</b>	<b>Power-Workout</b>	<b>Schwinn-Cycling</b>	
19.25 - 20.25 Uhr			19.45 - 21.15 Uhr		
<b>Schwinn-Cycling</b>			<b>Yoga</b>		