



Kursprogramm ab dem 01.11.2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8.15 - 9.10 Uhr			
		Indoor-Cycling			
9.00 - 9.55 Uhr		9.15 - 10.15 Uhr	9.15 - 10.00 Uhr		
Indoor-Cycling		Fit-Mix	Pilates		
10.00 - 10.45 Uhr	12.00 - 13.30 Uhr			10.00 - 10.55 Uhr	
Bauch-Beine-Po	Yoga			Indoor-Cycling	14.00 - 15.00 Uhr
				11.10 - 12.40 Uhr	Indoor-Cycling
	17.00 - 17.55 Uhr			Yoga	
	Indoor-Cycling				
18.00 - 18.40 Uhr	18.00 - 18.55 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr		
Fit Mix	Indoor-Cycling	Rundum den Rücken	Rücken-Workout		
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	Indoor-Cycling	Power-Workout	Indoor-Cycling	
19.25 - 20.25 Uhr			19.45 - 21.15 Uhr		
Indoor-Cycling			Yoga		