



Kursprogramm ab dem 28.09.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		8.10 - 9.05 Uhr		
		Indoor-Cycling		
9.00 - 9.55 Uhr		9.20 - 10.20 Uhr	9.15 - 10.00 Uhr	
Indoor-Cycling		Fit-Mix	Pilates	
10.10 - 10.55 Uhr	12.00 - 13.30 Uhr			10.00 - 10.55 Uhr
Bauch-Beine-Po	Yoga			Indoor-Cycling
				11.20 - 12.50 Uhr
				Yoga
18.00 - 19.20 Uhr	18.00 - 18.55 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr	18.00 - 18.45 Uhr	
Fit Mix + Hantel	Indoor-Cycling	Rundum den Rücken	Rücken-Workout	
19.30 - 20.30 Uhr	19.10 - 19.55 Uhr	19.00 - 20.00 Uhr	18.50 - 19.35 Uhr	18.30 - 19.30 Uhr
Indoor-Cycling	Pilates	Indoor-Cycling	Power-Workout	Indoor-Cycling
			19.45 - 21.15 Uhr	
			Yoga	