

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	 9:00-10:30 Zirkeltraining	 9:00-9:45 Stuhl Gymnastik	vormittags geschlossen	 9:00-10:00 Rückenkurs	
 9:30-11:30 Zirkeltraining	 10:30-11:30 Yoga	 10:00-11:00 Yoga		 10:00-12:00 Zirkeltraining	 10:00-10:30 Workout  10:30-11:00 Core Training
		 11:00-12:00 Zirkeltraining			 11:00-12:00 Zirkeltraining
 15:15-16:00 Pilates			 15:15-16:00 Pilates		
 16:00-18:00 Zirkeltraining		 16:30-17:30 Rückenzirkel	 16:00-18:00 Zirkeltraining	 16:00-18:00 Zirkeltraining	
 18:00-19:00 Yoga Hatha/flow		 17:30-18:30 Nordic/Walking weitere Termine nach Absprache	 18:00-18:30 Bauch/Beine/Po	 18:00-19:00 Piloxing	
 19:05-19:35 Fatburner/BBP		 18:00-18:45 Pilates	 18:30-19:30 Yoga Hatha/ flow		
 19:45-20:45 Pilates	 19:00-19:45 Workout				