




Kursplan ab :01.09.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
9.00-10.00 Fit im Alter			10.00-10.45 Rehasport	9.15-10.15 Pilates	
			11.00-11.45 Rehasport		
	16.00-16.45 Rehasport				
	17.00-17.45 Rehasport	17.00-17.45 Rehasport			
				17.15-18.00 Rehasport	
18.00-19.00 Total Body	18.00 -19.00 Antara	18.00-19.00 Pilates		18.15-19.00 Rehasport	
		19.15 - 20.00 Indoor Cycling Fatburner	19.00-20.00 Rücken Fit	19.15-20.15 Drill-Mix siehe Aushang	

Alle Kurse starten ab 3 Teilnehmern. Bitte über die Homepage anmelden.