

# KURSPLAN

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
		9.00 - 9.45 REHASPORT					
		10.00 - 11.00 MAMA FIT					
			17.00 - 17.45 REHASPORT	16.00 - 17.00 MAMA FIT			
18.30 - 19.30 ZUMBA			18.00 - 19.00 BAUCHBEINEPO	18.00 - 19.00 WIRBELSÄULE	18.00 - 19.00 YOGA		
19.30 - 20.30 LANGHANTEL		19.00 - 20.00 YOGA	19.00 - 20.00 TRX/MOBILITY	19.00 - 20.00 HIIT			
20.30 - 21.00 REHASPORT							

Rehasport & Mama Fit sind nicht Teil der Kursmitgliedschaft.

Außerhalb der Kurszeiten steht der Raum, während unserer regulären Öffnungszeiten, als Trainingsbereich und für das Zirkeltraining zur Verfügung