

Datum									Aktualisiert am 09.10.25	
		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag			
	09:30 Uhr			(Fit) Pilates (Jacky)						
	10:00 Uhr	(Fit) Pilates (Laaya)	(Fit) Functional Training (Laaya)				(Fit) Functional Training (Dimi)			
	10:30 Uhr									
	11:00 Uhr						**(Fit) Pilates 1 (Marina) (Fight) Kick- & Boxtraining (Dimi)			
	11:30 Uhr									
	12:00 Uhr						**(Fit) Pilates 2 (Marina) (Fit) Crosstraining (Dimi)			
	13:00 Uhr									
	17:00 Uhr					(Fit) Yoga (Saskia)				
	17:30 Uhr									
	18:00 Uhr	(Fit) Bodyworkout (Jacky) 19-19:30 Uhr Streching			(Fight) Fitnessboxen					
	18:30 Uhr									
	19:00 Uhr			(Fit) Crosstraining (Dimi)		(Fit) Body HIIT (Dimi)				
	** mit Voranmeldung									
Bitte beachten, dass der Yoga- Kurs vom Freitag 17Uhr wird ab November mittwochs um 18 Uhr stattfinden										