



Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
<b>Montag</b>	BODYPUMP®	Simone W.	06:45 - 07:40
	Coretraining	Sabine F.	09:30 - 09:55
	Stretching	Sabine F.	10:00 - 10:25
	BODYPUMP®	Freddie S.	12:00 - 12:55
	Bodytoning	Valeria K.	18:00 - 18:55
	Power Yoga	Ausra G.	19:00 - 20:10
<b>Dienstag</b>	Power Yoga	Joyce G.	06:45 - 07:40
	Pilates	Greta F.	10:00 - 10:55
	ZUMBA®	Bernadette M.	12:15 - 13:10
	BODYPUMP®	Wan Soo Y.	17:30 - 18:25
	Coretraining	Patrick Z.	18:30 - 18:55
	Intervall Training	Patrick Z.	19:00 - 19:40
<b>Mittwoch</b>	Intervall Training	Gabriela B.	07:00 - 07:55
	Yoga	Jessica B.	10:00 - 11:10
	Bodytoning	Wan Soo Y.	12:15 - 13:10
	TôSôX®	Désirée L.	18:00 - 18:55
	ZUMBA®	Bernadette M.	19:00 - 19:55
<b>Donnerstag</b>	M.A.X.®	Regula K.	06:45 - 07:10
	Coretraining	Regula K.	07:15 - 07:40
	BODYPUMP®	Cynthia S.	09:00 - 09:55
	TôSôX®	Corinna H.	10:00 - 10:55
	Pilates	Eva G.	12:15 - 13:10
	Bodytoning	Désirée L.	18:00 - 18:55
	BODYPUMP®	Désirée L./Roy F.	19:00 - 19:55
	Yoga	Birgit S.	20:00 - 20:55
<b>Freitag</b>	BODYPUMP® «Pump it like 10 Years ago»	Sabine B.	07:00 - 07:55
	Dance «Red Latin Hit Party»	Ria S.	09:00 - 09:55
	Pilates mit Kurzhanteln	Birgit S.	10:00 - 10:55
	M.A.X.® Lunchtime Challenge	Mario N.	12:00 - 12:25
	Coretraining Crunch and Plank to the Limit	Mario N.	12:30 - 12:55
	Latin-Step (Mittel/Fortgeschritten)	Fabian K.	17:00 - 17:55
	Vinyasa Yoga «Arm-Balance»	Victoria D.	18:00 - 18:55
	ZUMBA®-Classics	Bernadette M.	19:00 - 19:55
<b>Samstag</b>	TôSôX® «The Fight-Workout»	Sara G.	09:45 - 10:40
	BODYPUMP® «Best of 2023»	Wendy L.	10:45 - 11:40
	Yoga «Skorpion» (Unterarmstand)	Georg O.	12:15 - 13:25
<b>Sonntag</b>	Yoga «Alignement»	Corinne D.	09:30 - 10:40
	ZUMBA® «Red-Edition»	Rebeca G.	11:00 - 11:55