

Montag 08:00 - 23:00		Dienstag 07:00 - 23:00		Mittwoch 07:00 - 23:00		Donnerstag 07:00 - 23:00		Freitag 08:00 - 24:00		Samstag 09:00 - 22:00	
Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2
	09:00-09:50 Bodyshape/ Bodystyling Iris	09:00-09:50 Rückenschule Sonja	09.00 - 09.50 Rehabilitations- sport	08:15-09:30 Yoga Anke	08:45-09:30 Gym. Vital Marina	09:00-09:50 BBP Tanja		08:45-09:50 RückenYoga Elke			
11:00-11:50 Bodyshape/ Bodystyling Iris	10:00-10:55 Spinning Iris		10:00-10:50 Rückenschule Sonja	10:00-10:50 Aerobic Ralf	09.30 - 10.20 Rehabilitations- sport	10:00-10:50 Pilates Tanja		10:00-10:50 Basic Step Kim	10:00-11:00 Rücken Fit Elke	10:00-10:50 Pilates Gabi /Conz	09:15-10:00 Spinning Peter
12:00-13:00 Rehabilitations- sport	17:00-17:50 Rehabilitations- sport	11:00-12:20 Yoga Birgit		11:00-11:50 bodyART strength Ralf	11.00 - 12.00 Rehabilitations- sport	11:00-11:50 Rücken Fit Maurice		11:00-11:50 Funktional Shape Kim	11:00-11:45 Rehabilitations- sport	11:00-11:50 bodyWorkout Gabi /Conz	10:15-11:00 Spinning Peter
18.00-19.30 Lauftreff Thomas	18.00- 18.50 Rehabilitations- sport		12.30 - 13.30 Rehasport	12:00-13:00 Rehabilitations- sport		12:00-13:00 Rehabilitations- sport			12:00-13:00 Rehabilitations- sport		
17:00-17.50 Rücken Vital Michelle	19.00 - 19.50 Rehabilitations- sport	17:00-17:50 Rehabilitations- sport	17:30-18:00 Crosstraining	18:00-18:50 BauchBeinePo Nicole	17.45-18.35 Rehabilitations- sport	13:00-13:50 Bauch/Rücken Martin				10:00-12:00 Spass im Wasser	
18:00-18:50 Langhantel Michelle	19:00-20:30 Spinning Petra	18:00-18:50 Ges. Rücken Gabi B.	18:00-18:50 Fatburner Kim	19:00-19:50 Zumba Gold* Sandra	19:00-19:30 Crosstraining	18:00-18:50 Ges. Rücken Ralf	18:00-18:30 CrossTraining	18:00-18:50 Rücken Fit Martin	18:00-18:30 CrossTraining		
19:00-19:50 BBP Alvin		19:00-19:50 Bodyworkout Kim	19:00-19:50 Pilates Gabi B.	20:00-20:50 Zumba Fitness Sandra	19:00-20:30 Spinning Nicole	19:00-19:50 Step Advanced Ralf	19:00-19:50 Spinning Bea	19:00-19:50 Wirbelsäule Martin	18:30-19:30 Spinning Petra		
20:00-20:50 Alvin			19:00-19:50 Spinning Silke			20:00-20:50 bodyART energetic Ralf	20.00 - 21.00 Rehabilitations- sport		20:00-21:20 Yin Yoga Elke	Sonntag 09:00 - 22:00	
Aquakurse	Schwimmkurse	Aquakurse	Schwimmkurse	Aquakurse	Schwimmkurse	Aquakurse	Schwimmkurse	Aquakurse	Schwimmkurse	Kursraum1	Kursraum 2
10:15-11:00 AquaFit * Maurice		10:00-10.45 Aqua-Fitness * Marina					09:00-09:30 Babyschw. Marina	10:15-11:00 Aqua-Fitness * Michelle/Maurice			
11:15-12:00 AquaFit * Maurice		11:00-11.45 Aqua-Fitness * Marina				10:30-11:15 Aqua-Gym * Martin	09:30-10:00 Babyschw. Marina	11:15-12:00 Aqua-Fitness * Michelle/Maurice		18:00-18:50 Bauch&Rücken Birgit	
			15:30-16:15 Anfängerschw. Marina		11:00-12.30 Funktions- training**	11:15-12:00 Aqua-Gym * Martin	10:00-10:30 Babyschw. Marina				
	15:30-16:15 Anfängerschw. Silvia		16:20-17:05 Anfängerschw. Marina		15:30-16:15 Anfängerschw. Silvia		15:00-15:40 Kleinkind 1-5 Marina		15:00-15:40 Kleinkind 1-3 Marina	10:00-10:45 Aqua-Power * verschied. Tr.	
	16:20-17:05 Anfängerschw. Silvia		17:15-18:00 Bronzeschw. Marina		16:20-17:05 Anfängerschw. Silvia		15:45-16:25 Kleinkind 3-5 Marina		15:45-16:25 Kleinkind 3-5 Marina	11:00-11:45 Aqua-Power * verschied Tr.	
18:15-19:00 Aqua-Fitness * Maurice	17:15-18:00 Bronzeschw. Silvia	18:15-19:00 Aqua-Gym * Martin		18:15-19:00 Aqua-Fitness * Michelle/Maurice	17:15-18:00 Bronze Plus Silvia		16:30-17:10 Kleinkind 3-5 Marina	18:15-19:00 Aqua-Mix * Nicole	16:30-17:10 Kleinkind 3-5 Marina		
19:15-20:00 Aqua-Power * Maurice				19:15-20:00 Aqua-Fitness * Michelle/Maurice				19:15-20:00 Aqua-Fitness * Nicole			

*Kurskarte erforderlich

** über Fibromyalgie

* Zumba Gold für Anfänger & Senioren