

KURSPLAN AB 01.01.2012

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
09.00-10.00 Uhr Reha		09.00-10.00 Uhr Reha		09.00-10.00 Uhr Reha	
10.00-11.00 Uhr Rücken Aktiv	10.00-11.00 Uhr Special Mix	10.00-11.00 Uhr Rücken Aktiv	10.00-11.00 Uhr Special Mix	10.00-11.00 Uhr Bauch / Stretch	10.00-11.00 Uhr BBP
			11.00-12.00 Uhr Indoor Cycling		
	16.00-17.00 Uhr Reha			16.00-17.00 Uhr Breakdance for Kid's	
17.00-18.00 Uhr Wirbel um die Säule	17.00-18.00 Uhr Rücken Aktiv	17.00-18.00 Uhr Pilates	17.00-18.00 Uhr Wirbel um die Säule	17.00-18.00 Uhr Reha-Rücken	
18.00-19.00 Uhr BBP-Langhantel Mix	18.00-19.00 Uhr BBP	18.00-19.00 Uhr Zumba	18.00-19.00 Uhr Bauch / Stretch	18.00-19.00 Uhr Zumba	
19.00-20.00 Uhr Step	19.00-19.30 Uhr Indoor Cycling	19.00-20.00 Uhr Step-Dance	19.00-20.00 Uhr Zumba	19.00-19.30 Uhr Langhantel Power	