

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30 - 10:30 Rückbildung Intensiv			9:15 - 10:00 Rücken-Fit			9:30 - 10:00 Quick'n'fit
		10:00 - 11:00 MamiFit*	10:00 - 11:00 Mama Baby Yoga*	10:00 - 11:00 MamiFit*	10:00 - 11:00 Hot Iron II™	10:00 - 11:30 Hatha Yoga
					11:00 - 11:30 PowerBauch	
	15.30-16.30 MamiFit Outdoor*	15:30 - 16:15 Kinderturnen*				
16:00 - 16:45 Outdoor Kinderturnen*	16:45 - 17:30 Moderner Kindertanz*	16:30 - 17:15 Kinderturnen*	16:15 - 17:00 ZUMBA Kids®*			
18:00 - 19:30 Power Yoga 1	18:00 - 18:30 RückenXpress			18:00 - 18:30 HIT		
	18:30 - 19:30 DeepWork®	18:30 - 19:30 Hot Iron I™	18:30 - 19:30 STRONG by Zumba®			
19:30 - 20:30 Kickbox Workout	19:30 - 20:30 Dynamic Pilates	19:30 - 20:30 Yin Yoga	19:30 - 20:30 Zumba®			
20:30 - 21:00 Blackroll						



Kategorien

- Mama und Baby**
- Kinder**
- Yoga**
- Cardio**
- Körper & Geist**
- Kräftigung**
- Funktionelles Training**

* nur mit Anmeldung