

Kursplan ab dem **01. April 2019**

großer Saal	kleiner Saal	großer Saal	kleiner Saal	großer Saal	kleiner Saal	großer Saal	kleiner Saal	großer Saal	kleiner Saal	großer Saal
9:30 RückenFit Dagmar	9:30 Fit 50+ Paulina	9:45 RückenFit Ellen		9:30 Basic Step Dagmar		9:30 M-Step Dagmar				
10:30 Entspannung Paulina		10:45 Yoga Ellen		10:30 Fit 50+ Christine L.	10:30 Pilates Ellen	10:30 Osteoporose Fit 50+ Dagmar	09:00 Sturz- prophylaxe Jochen			10:30 M-Step Team
17:15 TRX Workout Dagmar	17:30 RückenFit Christine A.	17:30 Aerobic Workout Dagmar	17:45 TRX Cardio Ellen				10:30 Pilates Ellen	16:00 RückenFit Christine A.	16:00 Dancing Kids Janine	11:30 Bodystyle B/B/P Team
18:00 RückenFit Dagmar	18:30 Stretching Christine A.	18:30 M-Step Dagmar	18:30 Pilates Ellen	19:00 Fun-Tone- Cardio Nicoleta	19:00 RückenFit Pavel			17:00 CrossFitness Dagmar	17:00 Basic Step Christine A.	
19:00 F-Step Dagmar	19:00 Zumba Janine	19:30 Fatburner Alex	19:30 Bauchkiller Adam	20:00 F-Step Nicoleta	20:00 Zumba Juliane	18:00 TRX Workout Willi	17:30 RückenFit Michelle	18:00 F-Step Dagmar	18:00 Stretching Christine A.	
20:00 CrossFitness Dagmar	17:45 Jumping Fitness	18:15 Jumping Fitness Jessica	20:00 Functional Fitness Adam		19:15 Jumping Fitness Jessica		18:45 Functional Fitness Willi	19:00 Zumba Juliane	19:00 Bodystyle B/B/P Evi	