

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.00 - 10.00 Uhr Wirbelsäule-AKTIV		09.00 - 12.00 Uhr <i>fitdankbaby</i> ®	09.00 - 09.30 Uhr Fit und Aktiv Ü60	09.30 - 10.00 Uhr Knie-AKTIV	
10.30 - 11.00 Uhr Hüfte-AKTIV					
12.15 - 13.45 Uhr High-Noon-Yoga	16.00 - 17.00 Uhr Kids-AKTIV				
16.30 - 17.00 Uhr Beckenboden-AKTIV	17.00 - 18.00 Uhr Teens-AKTIV				
	18.00 - 19.00 Uhr Pilates	18.00 - 19.00 Uhr Wirbelsäule-AKTIV			
19.15 - 21.00 Uhr Sunset-Yoga	19.00 - 20.00 Uhr Physio Workout	19.15 - 21.00 Uhr Sunset-Yoga	19.15 - 20.15 Uhr Pilates		

