

Kursplan 16.09. - 22.09.2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:30 - 09:30 Uhr MorgenpowerVital maxi mit Ronny	08:30 - 09:15 Uhr MorgenpowerVital midi mit Ronny	08:30 - 09:30 Uhr NordicWalkingVital mit Ronny				
09:30 - 10:15 Uhr RückenVital midi mit Ronny	09:15 - 10:00 Uhr MobiVital midi mit Daniel	09:45 - 10:30 Uhr PilatesVital midi mit Ronny	09:30 - 10:30 Uhr QiGongVital mit Rita	09:00 - 10:00 Uhr Yoga (Kundalini) mit Christine	entfällt	
10:15 - 11:15 Uhr FeldenkraisVital mit Ronny		10:35 - 11:35 Uhr RückenVital maxi mit Ronny		10:15 - 11:15 Uhr RückenVital maxi mit Daniel		
17:45 - 18:30 Uhr PilatesVital midi mit Ronny			17:30 - 18:30 Uhr Yoga (Hatha) mit Anke	17:15 - 18:00 Uhr MobiVital midi mit Lukas		
18:35 - 19:20 Uhr AfterworkVital midi mit Ronny		18:00 - 19:00 Uhr Step-/Salsa-Aerobic mit Karina	18:45 - 19:30 Uhr PilatesVital midi mit Ronny			
19:20 - 19:50 Uhr FaszienVital mini mit Ronny	19:00 - 19:45 Uhr RückenVital midi mit Elisa	19:05 - 20:05 Uhr RückenVital maxi mit Karina	19:45 - 20:45 Uhr IndoorCyclingVital maxi mit Udo			
20:00 - 20:45 Uhr IndoorCyclingVital midi mit Udo	19:45 - 20:45 Uhr FeldenkraisVital mit Ronny					