

Zeit	R1	R2	R1	R2	R1	R1	R2	R1	R2	R2
	Montag	Montag	Dienstag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Donnerstag	Freitag	Freitag	Sonntag
8-9 Uhr		8.00-9.00 Entspannung mit Lena								
9-10 Uhr		9.00-10.00 Beckenboden mit Lena	9.00-10.00 Fit Mix ab 04.02.20			9.00-10.45 Rehasport		9.00-10.00 bodyART mit Edith		
10-11 Uhr	10.00-10.45 Rehasport				10.00-11.00 Beckenboden mit Lena					10.30-11.30 Indoor Cycling mit Gerhard
11-12 Uhr										
14-15 Uhr										
15-16 Uhr					15.00-16.00 Rückenschule für Kinder mit Lena					
16-17 Uhr			16.00-16.45 Rehasport	16.30-18.00 Aerial Yoga mit Ariadne	16.00-17.00 Workout mit Ariadne	16.00-17.00 Antara mit Gertrud				
17-18 Uhr			17.45-18.45 bodyART mit Susen		17.15-18.15 3D-Rücken mit Ariadne	17.30-18.30 MAX mit Gertrud		17.00-18.00 Pump Workout mit Langhantel mit Gerhard ab 14.02.20	17.30-18.30 3D Rücken mit Ariadne ab 06.03.20	
18-19 Uhr	18.00-19.00 Fit Mix ab 03.02.20		19.00-20.00 Zumba Fitness mit Susen	18.30-19.30 3D Rücken mit Ariadne	18.45-20.15 Aerial Yoga mit Ariadne		18.00-18.45 Rehasport			
19-20 Uhr	19.00-20.00 deepwork mit Edith	19.15- 20.15 Indoor Cycling mit Andrea		19.45-20.45 Workout mit Ariadne		19.00-20.00 Indoor Cycling mit Andrea	19.15-20-15 deepwork mit Susen			