

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Vormittag	07:15 - 08:00 Uhr Cycling Micha	08:00 - 08:45 Uhr Orthopädie §64	07:15 - 08:00 Uhr Cycling Micha	08:00 - 08:45 Uhr Orthopädie §64	08:30 - 09:15 Uhr Orthopädie §64	09:20 - 10:20 Uhr Kinderhaus Purzelbaum LES MILLS BODYBALANCE Sabrina
	09:00 - 10:00 Uhr Rückenfit Nouria	08:00 - 09:15 Uhr Early Bird Yoga Sabine	09:00 - 10:00 Uhr Rückenfit Chrissi	08:30 - 09:15 Uhr LES MILLS CORE / LES MILLS express BODYPUMP Im Wechsel / Marc	08:30 - 09:25 Uhr Tabata Chrissi	10:30 - 11:30 Uhr Cycling Micha / Barny / markus / Jule
	10:00 - 11:00 Uhr StayFit Chrissi	09:00 - 09:45 Uhr Orthopädie §64	10:30 - 11:15 Uhr Orthopädie §64	09:00 - 09:45 Uhr Orthopädie §64	09:30 - 10:15 Uhr Orthopädie §64	
	10:15 - 11:00 Uhr Orthopädie §64	10:00 - 11:00 Uhr Pilates & Faszien Julia	11:30 - 12:15 Uhr Orthopädie §64	09:30 - 10:30 Uhr LES MILLS BODYBALANCE Marc	10:30 - 11:30 Uhr Aktiv bei Krebs §64	
	11:15 - 12:00 Uhr Orthopädie §64	10:30 - 11:30 Uhr Aktiv bei Krebs §64		10:30 - 11:30 Uhr Aktiv bei Krebs §64		
	12:15 - 13:00 Uhr Orthopädie §64					
Abend	15:30 - 16:15 Uhr Orthopädie §64	18:00 - 19:00 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT Peter & Bea / Bea	17:30 - 18:15 Uhr Orthopädie §64	17:30 - 18:30 Uhr Back & Strength Chrissi	17:30 - 18:30 Uhr LES MILLS BODYPUMP Katharina	Body, Mind & Spirit
	16:30 - 17:30 Uhr Aktiv bei Krebs §64	18:00 - 19:00 Uhr Rückenfit Nouria	18:30 - 19:15 Uhr Orthopädie §64	18:00 - 19:00 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT Bea	18:40 - 19:40 Uhr LES MILLS BODYBALANCE Katharina	Herz-Kreislauftraining / Ausdauer
	18:00 - 19:15 Uhr Yoga Maybritt	19:10 - 20:10 Uhr LES MILLS BODYBALANCE Bea / Sabrina	17:30 - 18:30 Uhr Pilates & Faszien Julia	Kinderhaus Purzelbaum 19:15 - 20:00 Uhr Orthopädie §64		Kraft und Haltung / Straffung & Figurtraining
	18:00 - 19:00 Uhr StayFit Chrissi	19:15 - 20:00 Uhr Orthopädie §64	18:10 - 19:10 Uhr LES MILLS BODYPUMP Katharina	19:10 - 19:40 Uhr LES MILLS CORE Bea		Indoor Cycling
	18:00 - 19:30 Uhr KROSS Tim		19:00 - 20:00 Uhr Aktiv bei Krebs §64	Kinderhaus Purzelbaum 20:00 - 21:15 Uhr Late Night Yoga Sabine		Die Teilnahme am Reha-Sport ist nur mit einer Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich.
	19:30 - 20:45 Uhr Yoga Maybritt		19:15 - 20:00 Uhr LES MILLS CORE Katharina			
	19:30 - 20:30 Uhr Cycling Barny		19:30 - 20:30 Uhr Cycling Markus			

Alle Kurse finden ab 3 Personen statt. Nach Beendigung der Warm-Up Phase ist kein Einlass in die Kurse mehr möglich. Wir empfehlen bei jedem Kurs ein Handtuch und ausreichend Getränke mitzubringen.