

## Groupfitnessplan ab 25. April 2022

Montag	YOGA	A / M	Katja	08.00 - 09.00	Raum 1
	CANTIENICA®	M	Daniela	09.00 - 09.55	Raum 2
	Zumba®	A	Kary	09.30 - 10.30	Raum 1
	CANTIENICA®	A	Daniela	10.00 - 11.00	Raum 2
	Kids Yoga	V / K	Christa	17.00 - 18.00	Raum 1
	Dancess <b>NEU</b>	A	Nicole	18.30 - 19.30	Raum 1
	SPINNING®	A	Rosi	19.45 - 20.45	Raum 2
Dienstag	PILATES Mat	M / F	Tamara	08.00 - 08.55	Raum 1
	CANTIENICA®	A	Petra	08.00 - 09.00	Raum 2
	PILATES Mat	A / M	Tamara	09.00 - 09.55	Raum 1
	Kenshiri® <b>NEU</b>	A	Stefan	09.15 - 10.00	Raum 2
	Kenshiri® <b>NEU</b>	A	Stefan	10.15 - 11.00	Raum 1
	Core & More <b>NEU</b>	A	Michelle	12.15 - 12.45	Raum 1
	Kids & Teen Dance	V / K	Cindy	17.15 - 19.15	Raum 2
Power Yoga	M	Michelle	18.30 - 19.30	Raum 1	
BODYPUMP®	A	Rosi	20.00 - 21.00	Raum 1	
Mittwoch	CANTIENICA®	A	Lisa	08.30 - 09.30	Raum 2
	Zumba®	A	Elena	09.30 - 10.30	Raum 2
	BODYPUMP®	A	Imran	09.30 - 10.30	Raum 1
	Tai-Ji Qi-Gong / TaiChi Chuan	M	Dominique	12.15 - 13.15	Raum 1
	YOGA	A	Katharina	18.30 - 19.30	Raum 1
Donnerstag	PILATES Mat	A	Andrea	09.00 - 09.55	Raum 1
	Burn & Tone	A	Elena	10.00 - 11.00	Raum 1
	CANTIENICA®	A	Daniela	12.15 - 13.15	Raum 1
	YOGA	A	Silvie	14.00 - 15.00	Raum 1
	Kenshiri® <b>NEU</b>	A	Stefan	18.00 - 18.45	Raum 1
BODYPUMP®	A	Patrick	19.00 - 20.00	Raum 1	
Freitag	YOGA	A	Christa	08.00 - 08.55	Raum 1
	CANTIENICA®	A	Petra	08.00 - 09.00	Raum 2
	STRONG Nation®	M	Elena	09.00 - 09.55	Raum 1
	Zumba®	A	Anna	10.00 - 11.00	Raum 1
Samstag	YOGA	A	Team	09.00 - 10.00	Raum 1
	PILATES Mat	A	Team	10.15 - 11.15	Raum 1
Sonntag	BODYPUMP®	A	Team	10.00 - 11.00	Raum 1

A: Alle

M: Mittel

F: Fortgeschrittene

V: Teilnahme durch Voranmeldung

K : Kurs