

# Kursplan

<b>Montag</b>	Yoga	A	Katja	07.55 - 08.55	Raum 3
	AuraPelvis	A	Daniela	09.00 - 09.55	Raum 3
	Zumba®	A	Kary	09.30 - 10.30	Raum 1
	AuraPelvis	A	Daniela	10.00 - 11.00	Raum 3
	SPINNING®	A	Imran	12.15 - 13.15	Raum 2
	Dancess	A	Nicole	18.30 - 19.30	Raum 1
	PILATES®	M	Andrea	19.30 - 20.30	Raum 3
	SPINNING®	A	Rosi	19.30 - 20.30	Raum 2
<b>Dienstag</b>	PILATES Mat	F	Tamara	08.00 - 08.55	Raum 1
	PILATES Mat	A	Tamara	09.00 - 09.55	Raum 1
	Kenshiri®-Gesundheitsstärkung	A	Stefan	09.30 - 10.30	Raum 3
	Burn & Tone	A	Manuela	10.00 - 11.00	Raum 1
	AuraPelvis	M	Daniela	12.15 - 13.15	Raum 3
	Kids & Teen Dance	K	Cindy	17.15 - 18.10	Raum 1
	Kids & Teen Dance	K	Cindy	18.15 - 19.15	Raum 1
YOGA	A	Manuela	18.30 - 19.30	Raum 3	
<b>Mittwoch</b>	YOGA	A	Katja	08.00 - 09.15	Raum 1
	AuraPelvis	A	Lisa	08.30 - 09.30	Raum 3
	Zumba®	M	Elena	09.30 - 10.30	Raum 2
	BODYPUMP®	A	Rosi	09.30 - 10.30	Raum 1
	Tai-Ji Qi-Gong / Tai Chi Chuan	A	Dominique	12.15 - 13.15	Raum 3
	SPINNING®	A	Rosi	18.30 - 19.30	Raum 2
	PILATES Mat	A	Céline	18.30 - 19.30	Raum 1
YOGA	A	Daniela	18.30 - 19.30	Raum 3	
<b>Donnerstag</b>	PILATES Mat	A	Andrea	07.30 - 08.25	Raum 3
	PILATES Mat	A	Andrea	08.30 - 09.25	Raum 3
	Zumba®	A	Anna	09.00 - 09.55	Raum 1
	Meditation & Entspannung	A	Eliane	09.30 - 10.30	Raum 3
	Burn & Tone	A	Elena	10.00 - 11.00	Raum 1
	Tai-Ji Qi-Gong / Tai Chi Chuan	A	Dominique	10.30 - 11.30	Raum 3
	HIIT mit Click&Train	A	Nina	12.15 - 13.15	Raum 1
	YOGA	A	Agnes	14.00 - 15.00	Raum 3
	Core & More	A	Marina	18.30 - 19.00	Raum 1
BODYPUMP®	A	Marina	19.00 - 20.00	Raum 1	
<b>Freitag</b>	Yoga	A	Christa	08.00 - 09.15	Raum 3
	Yoga	A	Christa	09.30 - 10.45	Raum 3
	AuraPelvis	A	Petra	08.00 - 09.00	Raum 2
	AuraPelvis	A	Petra	09.00 - 10.00	Raum 2
	STRONG Nation®	M	Elena	09.00 - 10.00	Raum 1
	Dancess	A	Nicole	10.00 - 11.00	Raum 1
<b>Samstag</b>	YOGA	A	Manuela	08.45 - 09.45	Raum 3
	BODYPUMP®	A	Imran	09.00 - 10.00	Raum 1
	Kenshiri®	A	Stefan	10.00 - 11.00	Raum 2
	PILATES Mat	A	Viviana	10.00 - 11.00	Raum 3
<b>Sonntag</b>	BODYPUMP®	A	Team	10.00 - 11.00	Raum 1
	SPINNING®	A	Team	11.15 - 12.15	Raum 2

**A:** Alle **B:** Beginner **M:** Mittel **F:** Fortgeschrittene **V:** Voranmeldung an der Reception **K:** Kostenpflichtig

## Anmeldepflicht

Die Kursteilnahme ist nur mit einer Platzreservation möglich. Diese ist jeweils ab dem Vortag, 7.30 Uhr via App "ClubConnector" oder unserer Website "Anmeldung Gruppenkurse" möglich.