



Lektionsplan

April 2017

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Fit	Fit	Fit
								08.50-09.20 Uhr	
9.00-9.50 Uhr	9.00-10.00 Uhr	9.00-9.50 Uhr		08.50-09.35 Uhr	9.00-10.00 Uhr	9.00-10.00 Uhr	9.00-10.00 Uhr	CX WORX Ramona	
FunTone Moni	Yoga Regula	Zumba Kary		M.A.X.&Bauch Maria	Yoga Charlotte	Bodytoning Moni	BodyPump Käthy	9.20-10.20 Uhr	
10.00-11.00 Uhr	10.15-11.15 Uhr	10.00-11.00 Uhr		9.40-10.30 Uhr		10.00-10.55 Uhr	10.10-10.55 Uhr	Bodypump Gerd	
Spinning Moni	Yoga Regula	Spinning&Bauch Maria		RückenFit Rahel		Zumba Kary	M.A.X.&Bauch Maria	10.30-11.30 Uhr	
				10.35-11.25 Uhr				Spinning Team	
				Vital-Fit Rahel					11.00-12.00 Uhr
									Spinning Team
12.15-13.00 Uhr		12.15-12.45 Uhr				12.15-13.05 Uhr			
BodyPump Rita		CX WORX Sandy				Spinning Reto			
18.45-19.15 Uhr	18.15-19.15 Uhr	18.30-19.50 Uhr	18.30-19.30 Uhr	18.00-18.30 Uhr					
M.A.X. Maria	Yoga Regula	Spinning Reto	Power Yoga Emma	CX WORX Gerd		19.00-20.00 Uhr			
	19.30-20.30 Uhr			18.45-19.50 Uhr		BodyPump Markus			
19.30-20.30 Uhr	Yoga Regula			Spinning Käthy					
BodyPump Käthy									

Deiner Gesundheit zuliebe - erscheine pünktlich zur Lektion - benutze saubere Tumschuhe und ein Handtuch - trinke ausreichend