



# Lektionenplan

21. August - 30. September 2017

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Fit	Fit	Fit
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	08.50-09.20 Uhr	
FunTone Moni	Yoga Regula	Zumba Kary		M.A.X.&Bauch Maria	Yoga Charlotte	Bodytoning Moni	BodyPump Käthy	CX WORX Ramona	
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	9.20-10.20 Uhr	
Spinning Moni	Yoga Regula	Spinning&Bauch Maria		RückenFit Rahel		Zumba Kary	M.A.X.&Bauch Maria	Bodypump Gerd	
				10.35-11.25 Uhr				SPINNING PAUSE BIS ENDE SEPTEMBER	SPINNING PAUSE BIS ENDE SEPTEMBER
				Vital-Fit Rahel					
12.15-13.00 Uhr		12.15-12.45 Uhr				12.15-13.05 Uhr			
BodyPump Sandy		CX WORX Sandy				Spinning Reto			
				18.00-18.30 Uhr					
				CX WORX Gerd					
18.45-19.15 Uhr	18.15-19.15 Uhr	SPINNING PAUSE BIS ENDE SEPTEMBER		18.45-19.50 Uhr			im Fit		
M.A.X.&Bauch Maria	Yoga Regula			Spinning Käthy			18.30-19.30 Uhr		
19.30-20.30 Uhr	19.30-20.30 Uhr		19:00-20:00 Uhr			19.00-20.00 Uhr	Yoga Emma		
BodyPump Käthy	Yoga Regula		Pilates Sandy			BodyPump Markus			

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