



Lektionenplan

ab November 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	09:00-09.30 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	9.40-10.40 Uhr	
Spinning Moni	Yoga Regula	Spinning&Bauch Maria		RückenFit Rahel		Zumba Kary	M.A.X.&Bauch Maria	Bodypump Gerd	
								10.50-11.50 Uhr	11.00-12.00 Uhr
								Spinning Team	Spinning Team
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	18.30-20.00 Uhr		18.45-19.50 Uhr					
M.A.X.&Bauch Maria	Yoga Regula	Spinning Reto	19:00-20:00 Uhr	Spinning Käthy		19.00-20.00 Uhr			
19.30-20.30 Uhr	19.30-20.30 Uhr		Pilates Sandy			BodyPump Markus			
BodyPump Käthy	Yoga Regula								

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

*Kinderhüte ab Oktober 2017 "Herbst-/Winterzeit" Samstag 08:45 - 12:15 Uhr