

| Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag  |
|---|---|--|---|--|
|   |   |  |   | Samstag<br>11:00 - 13:00<br>Uhr<br>Poleblockkurs A                       |
|   |   | 10:45-11:30Uhr<br>Mama - Baby                      |   |  |
|   | 16:45 – 18:15<br>Uhr<br>Yoga<br>Mittelstufe<br>Level 2      | 17:00 – 17:45 Uhr<br>Pilates Anfänger<br>Level 1-2 |   | 16:10 – 16:45<br>Uhr<br>Spinning<br>A                                    |
| 17:00 – 18:30<br>Uhr<br>Yoga<br>Prävention<br>A         | 18:00 – 18.30<br>Uhr<br>Trampolin                           | 17:00 – 17:45 Uhr<br>Spinning                      | 18:30 – 19:15<br>Uhr<br>Pole Workout<br>A                     | 16:45 - 17:30<br>Uhr<br>Pole Workout A                                   |
| 17:00 – 17:45<br>Uhr<br>Pole Workout                    | 18:30 – 19:15<br>Uhr<br>Fatburner*                          | 17:45 – 18:30 Uhr<br>Langhantel                    | 18:00 -<br>19:00Uhr<br>Power Yoga<br>Mittelstufe<br>Level 2-3 | 18:00 - 18:45<br>Uhr<br>Pilates<br>Anfänger/<br>Mittelstufe<br>Level 1-2 |
| 17:45 –<br>18:30 Uhr<br>Trampolin                       | 18:30 - 19:15<br>Uhr<br>Pilates<br>Mittelstufe<br>Level 2-3 | 18:00 – 19:00 Uhr<br>Schwangerschaftsyo<br>ga<br>A | 19:15 – 20:45<br>Uhr Yoga<br>Anfänger<br>Level 1              | 19:00 – 20:00<br>Uhr<br>Power Yoga<br>Anfänger<br>Level 1                |
| 18:30-19:15Uhr<br>Fatburner                             | 19:15-20:15<br>Pole Dance A                                 | 18:30-19:15Uhr<br>Trampolin                        |   |  |
| 18:45 –<br>20:15Uhr<br>Yoga<br>Mittelstufe<br>Level 2-3 | 19:30 – 20:15<br>Uhr<br>Pilates<br>Anfänger<br>Level 1      |  |   |  |
|   |   | 19.15 – 20.45 Uhr<br>Aerial/Faszien Yoga<br>A      |   |  |
|   |   | 19:15-20:15Uhr<br>Pole Dance A                     |   |  |
| Fatburner:<br>Wechelder<br>Kursinhalt<br>Info Whats App |   |  |   |  |