

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
08:15 Gym. Wirbelsäule	08:30 Indoor Cycling (auch Anfänger)	08:15 Gym. Wirbelsäule	08:00 Pilates - im Malteser -	08:15 Wirbelsäule für Frauen		08:15 Gym. Wirbelsäule		08:15 Gym. Wirbelsäule	
09:15 RückenFit		08:15 Pilates (Präv.) AOK		09:00 Pilates					
10:00 Pilates		09:00 Power Yoga		09:15 Gym. Wirbelsäule im Stand				09:15 Gym. Wirbelsäule im Stand	09:00 BodyBalance
10:45 Hockergymnastik Senioren		10:00 Hüfte- & Knie-Gruppe	10:00 Deepwork	10:00 Lungen-Gruppe		10:00 Hüfte- & Knie-Gruppe		10:00 Lungen-Gruppe	
13:45 OsteoFit								10:45 Hockergymnastik Senioren	
14:30 Neuro Sport Gruppe						13:45 OsteoFit			
15:15 Fit Kids		14:30 Gymnastik Wirbelsäule				15:15 Fit Kids		14:30 Neuro Sport Gruppe	
16:00 Gymnastik Wirbelsäule		15:15 Fit Kids				16:45 Rehasport Jugend		15:15 Fit Kids	
16:45 Rehasport Jugend						17:15 Nordic Walking (Präv)		16:00 Gym. Wirbelsäule	16:00 CX
17:30 Fit und Aktiv (Präv.) AOK	17:30 Gym. Wirbelsäule im Stand			17:00 RückenFit		17:30 Gymnastik Wirbelsäule		16:30 Deepwork	
18:00 BeckenbodenFit Präv.		17:30 Gymnastik Wirbelsäule						17:00 Wirbelsäule im Stand	17:30 Pump
18:30 CX	18:45 Pilates - im Malteser -	18:00 BodyBalance		18:30 CX	19:00 Combat			17:45 Power Yoga	
19:00 Indoor Cycling	19:00 Combat	19:00 Pilates	19:15 Hüfte- & Knie-Gruppe	19:00 Indoor Cycling (auch Anfänger)		19:00 Pilates	19:00 Indoor Cycling		
19:45 Pilates (Präv.) - im Malteser -	20:00 Functional Fit Outdoor	19:15 Pump	20:00 RückenFit	19:45 Fit und Aktiv im Studio Prävention (AOK)		19:15 Hüfte- & Knie- Gruppe	20:00 Pump		
		20:00 Pilates				20:00 RückenFit	20:00 Tabata - im Malteser -		
Sonntag		11:00 - Pump							