

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00-12.00			9.00 Uhr Fit im Alter (Ü50) <i>(Tom)</i>		10.15 Uhr Yogilates <i>(Claudia)</i>
ab 17.30 outdoor	18.00 Uhr Outdoor Training <i>(Carmen)</i>	17.30 Uhr Outdoor Hiit & Core <i>(Tom)</i> NEW ***			
18.00 Uhr	18.00 Uhr Kinesis Funktional Bauch, Beine, Po <i>(Corina)</i>	18.00 Uhr Les- Milles Bodyattack <i>(Tamara)</i>	18.00 Uhr Les Milles Bodypump <i>(Carsten)</i>	18.15 Uhr Cardio- Fit (Michèle)	
19.00 Uhr	19.15 Uhr Les Milles Bodycombat <i>(Carmen/Pascal)</i>			19.15 Uhr Stretch&Mobility <i>(Michèle)</i>	