

# wähle aus 80 Gruppenkursen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00	Pilates 09.00—10.00	TRX & Bauch 09.00—09.30	Pilates 09.00—10.00	Functional Parcours 09.00—09.25	High Functional 09.00—09.30	High Fit Powerbands 09.00—09.25	Functional Jumping 08.55—09.25
	Powerbands 09.30—10.00	Bodyforming 09.35—10.05	Functional Parcours 09.30—10.00	M.A.X. 09.30—10.05	TRX & Bauch 09.35—10.00	TRX 09.30—10.00	Sixpack 09.30—10.00
10.00	Zumba 10.05—11.05	High Functional 10.10—10.40	Jumping & Toning 10.05—10.35	Yoga 10.10—11.10	Jumping & Toning 10.05—10.35	Spinning 10.10—11.10	Body Pump 10.05—11.05
						High Five HIIT 10.15—10.50	Crossfire <b>im EG</b> 10.10—10.40
11.00	TRX Powerbands 11.45—12.10	Sixpack & Jumping 11.45—12.10	High Jumping 11.45—12.10	TRX 11.45—12.10	Sixpack 11.45—12.10	High Jumping 10.55—11.20	Spinning 10.10—11.10
	Spinning 12.10—13.10	Spinning 12.10—13.10		Spinning 12.10—13.10	High Fit Powerbands 12.15—12.40	Yoga 11.25—12.25	Pilates 11.10—12.10
12.00	High Functional 12.15—12.45	Body Pump 12.15—13.15	High Functional 12.15—12.45	Body Pump 12.15—13.15	Pilates 12.15—13.15		Boxen <b>im EG</b> 11.15—12.15
	Yoga 12.15—13.15	Swiss Ball Training 17.00—17.25	Power Yoga 12.15—13.15	Jumping & Powerbands 17.00—17.25			High Functional 12.15—12.45
17.00	High Jumping 17.00—17.25	TRX & Bauch 17.30—18.00	Power Step TRX 17.00—17.25	TRX-Pump 17.30—18.00	High Functional 17.30—18.00		
	Powerbands Sixpack 17.30—18.00	Powerbands 18.05—18.30	High Jumping 17.30—18.00	Functional Parcours <b>im EG</b> 18.05—18.30	High Burning 18.05—18.30		
18.00	Zumba 17.30—18.30	Fatburner Step 18.10—19.10	High Functional 18.05—18.30	Pilates 18.05—19.05	M.A.X. 18.35—19.05		
	High Functional 18.05—18.30	Boxen <b>im EG</b> 19.00—20.00	M.A.X. 18.35—19.05	Boxen <b>im EG</b> 19.00—20.00			
19.00	M.A.X. 18.35—19.05	Spinning 19.00—20.00	Functional Parcours 19.10—19.40	Spinning 19.00—20.00			
	Spinning 19.00—20.00	Bauch, Beine, Po 19.15—19.40	Body Pump 19.15—20.15	High Jumping 19.10—19.40			
20.00	Body Pump 19.10—20.10	Power Yoga 19.45—20.45	TRX & Bauch 20.20—21.00	Powerbands Sixpack 19.45—20.15			
	TRX&Bauch&Jumping 20.20—21.00			High Functional 20.20—20.50			