

Belegung Gymnastikraum



Uhrzeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30		Zumba Gold			Strong by Zumba 08:30 - 09:30		
10:00					Pilates +Faszientraining		
10:30	Feldenkrais 10:30- 11:30	REHA (Orthopädie) 10:30 - 11:15	Evergreens 10:30- 11:30	REHA (Orthopädie) 10:00 - 10:45			
13:00							
13:30						Tischtennis	
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00		Zumba kids					
17:30							
18:00							
18:30	Fitness	Strong Nation		Tabata	Tischtennis		
19:00			Pilates				
19:30	Zumba Step	IN BALANCE Workout		Rückenfitness			Strong Nation
20:00			Zumba				
20:30	Low Version Strong Nation						
21:00		Handball					
21:30							
22:00							
22:30							

Legende	
	Handball
	Fußball
	Tischtennis
	Badminton
	Volleyball
	Gymnastik