

Kursplan



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.00 - 11.00 Rückenfit 50+ Sibylle Sängerhalle	17.00 - 18.00 Line Dance Dieter Lasser Sängerhalle			
	18.15 - 19.15 BBP Anja Sängerhalle	18.00 - 19.00 Pilates Karolina Haus der Vereine	18.00 - 19.30 Hatha Yoga Marion Haus der Vereine	
	18.30 - 19.30 Pilates Karolina Haus der Vereine	18.00 - 19.00 Basic Step Sibylle Sängerhalle	19.30 - 20.30 Indoor-Cycling Jürgen Fitnessraum der Sporthalle	18.30 - 19.30 Indoor-Cycling Sibylle Fitnessraum der Sporthalle
19.15 - 20.15 Indoor-Cycling Roger Fitnessraum der Sporthalle	19.20 - 20.20 Muscle Power Jason Sängerhalle	19.15 - 20.15 Rückenfit Anja Sängerhalle		

Muskel- & Skelletsystem	Entspannung und Stressbewältigung
Herz-Kreislauf	

gültig ab 12.08.2019