

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00 – 08:30			ZUMBA LIGHT				
08:30 – 09:00			➤ Bianca				
09:00 – 09:30	Xco SHAPE Team Gitti City	FLOW YOGA Tanja	WIRBELSAULEN- GYMNASTIK ➤ Hannes	PILATES ➤ Irene	BODY WORK ➤ Angelina		
09:30 – 10:00						YOGA & STRETCH ➤ Nici	YOGA ➤ Bianca
10:00 – 10:30	WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK ➤ Herbert	K4 WORKOUT Tanja			CARDIO DANCE Angelina		
10:30 – 11:00						ZUMBA Nici	SURPRISE Team GC
11:00 – 11:30							
15:00 – 15:30		TALENTE- SCHMIEDE Gitti		BAMSEPTA (3-4 Jahre) Gitti & Anna		STRONG NATION Nici	
15:30 – 16:00				BAMSEPTA (5-6 Jahre) Gitti & Anna			
16:00 – 16:30				BAMSEPTA (7-9 Jahre) Gitti & Anna			
16:30 – 17:00							
17:00 – 17:30	FIT 4 FUTURE Martina						
17:30 – 18:00							
18:00 – 18:30	BAUCH BEINE PO Michi	STRONG NATION Nici	TABATA WORKOUT Michi	WIRBELSAULEN- GYMNASTIK ➤ Hannes			
18:30 – 19:00							
19:00 – 19:30	PINK YOUR BODY Michi	ZUMBA Nici	BAUCH BEINE PO Michi	STRONG NATION ➤ Karoline			
19:30 – 20:00							
20:00 – 20:30	INDOOR CYCLING Team GC	CORE & MORE Nici		INDOOR CYCLING Team GC			
20:30 – 21:00							

➤ für Einsteiger geeignet

Alle aktuellen  
Änderungen,  
Vetretungen, sowie  
unsere  
Feiertagsspecials  
findet ihr in der  
MySports App

