

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

Ab 2. Nov. Jeden Donnerstag 18-19  
Uhr **AROMA YOGA** mit Josefin  
10er Block Mitglieder: € 119,-  
Nicht Mitglieder: € 139,-

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

