

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
8.00 – 8.30	WS-Gym					
8.30 – 9.00						
9.00 – 9.30	Männer Pilates			Pilates		
9.30 – 10.00						
10.00 – 10.30		NEUE ZEIT Rückenschule	9.45-10.45 Pilates Neuro	Pilates		
10.30 – 11.00						
11.00 – 11.30				Pilates		
11.30 – 12.00						
15.00 – 15.30		18.45-19.45 Laufschule	16.00- 17.00 AOK Kraftausdauer im Fitnessstudio		Jeden 1. Freitag Neurosport	
15.30 – 16.00						
16.00 – 16.30				Pilates		
16.30 – 17.00						
17.00 – 17.30		Jugendpilates		Functional Training		
17.30 – 18.00						
18.00 – 18.30	Pilates	Pilates	Beckenboden Schule auf Anfrage	WS- Gym	Pilates	Pilates
18.30 – 19.00						
19.00 – 19.30	Pilates	Pilates		Pilates	Anfänger Pilates	NEU Männer Pilates
19.30 – 20.00						
20.00 – 20.30	WS- Gym	Functional Training		Pilates		
20.30 – 21.00						