

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Babyschwimmen (2) 10:00 – 11:10			Aqua-Fitness 09:00 – 10:00
		Aqua AOK (2) 11:50 – 12:35		Babyschwimmen (2) 10:40 – 11:50
				Aqua-Fitness 15:30 – 16:30
				Cycling 15:45 – 16:45
	Cycling 17:00 – 18:00	Strong Nation 17:15 – 18:15		Schlingentraining (1) 17:00 – 18:00
	Body & Mind 18:15 – 19:15			
Aqua-Fitness 18:00 – 19:00	Aqua-Fitness 18:00 – 19:00		Aqua AOK (2) 18:00 – 18:45	Zumba Gold 18:00 – 19:00
Step & Style (1) 18:15 – 19:15	Aqua-Fitness 19:00 – 20:00	Pilates (1) 18:30 – 19:30	Zirkeltraining 19:00 – 20:00	
Bauch-Beine-Po (1) 19:30 – 20:30		Rücken – Fit (1) 19:30 – 20:15	Yoga (1) 19:30 – 20:30	

(1) Bitte eine eigene  
Matte mitbringen!  
(2) findet  
blockweise statt

Teilnehmerzahl  
begrenzt!!

Änd. möglich!!!!

Stand: 06/2023