



## Group Fitness Stundenplan ab 18. Oktober 21

Montag	08.45 – 09.30 Uhr	Step/Body	Nicole
	09.45 – 10.15 Uhr	smartAbs	Nicole
	19.00 – 19.45 Uhr	Pump	Corinne
	20.00 – 20.45 Uhr	Yoga	Ingrid
Dienstag	09.30 – 10.15 Uhr	Rückenfit	Jasmin
	18.00 – 18.45 Uhr	Bauch-Beine-Po	Prisca
	19.00 – 19.45 Uhr	Funktional-Tr. Outdoor	Prisca
	20.00 – 20.45 Uhr	Antara	Regina
Mittwoch	08.45 – 09.30 Uhr	Bodytoning	Damaris
	09.45 – 10.30 Uhr	Pilates	Damaris
	18.00 – 18.45 Uhr	Pump	Corinne
	19.00 – 19.45 Uhr	Zumba	Jenny
	20.00 – 20.45 Uhr	Zumba	Jenny
Donnerstag	08.30 – 09.15 Uhr	Step	Damaris
	09.30 – 10.15 Uhr	Pilates	Damaris
	10.30 – 11.15 Uhr	Seniorenfit	Yvonne
	18.00 – 18.45 Uhr	Zumba	Fränzi
	19.00 – 19.30 Uhr	M.A:X.	Nicole
	19.30 – 20.00 Uhr	smartAbs	Nicole
Freitag	08.45 – 09.30 Uhr	Dance Aerobic	Damaris
Samstag	09.30 – 10.15 Uhr	Bodytoning	Carmelina

Die Kursteilnehmer/innen müssen sich vorgängig für die Stunden registrieren. Die Links zur Registrierung finden sie auf der Homepage im Stundenplan.

### Kinderbetreuung

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag 08.30 – 11.15 Uhr

Donnerstag 08.15 – 11.30 Uhr