



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00						
09:00	Fit über 50	Faszientraining - Energy Dance	Rückenfit	Reha	Fit und Vital	
10:00		Reha				
11:00	Reha	Rückenfit	Neu: Yoga	Neu: Aktive Mittagspause	Reha	Kickboxen
12:00		Fit im Alter				
13:00	Herzsport 13:00 - 14:30 Herzsport 14:15 - 15:30					
14:00		Reha für Senioren				
15:00		Reha				
16:00		Spinning 16:15 - 17:15		Linedance	Senioren-Linedance	
17:00						
18:00		Step, Fatburner und Kraft	Fit über 40	Fitnessgymnastik	Linedance	
19:00	Zumba		Kickboxen	Linedance Anfänger		
20:00	Superfit		Reha	Kickboxen		
21:00			Reha Fit			