

Kursplan

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|-------------------------------|---|---|----------------------------|---|-------------------------------|
| 10:45 - 11:30 Aqua Fitness | | 09:45 - 10:45 Qi Gong | | 10:00 - 11:30 Stretch & Pilates | 10:15 - 11:00 Aqua Fitness |
| | | 11:00 - 11:45 Aqua Fitness | | 10:00 - 10:45 Aqua Fitness | |
| | 17:30 - 18:30 Yoga | | 17:45 - 19:00 Yogilates | 17:00 - 17:45 Aqua Zumba für Mitglieder | |
| 18:15 - 19:00 Aqua Fitness | 18:45 - 19:30 Aqua Fitness | 18:30 - 19:30 Tabata | | 18:00 - 19:00 Zumba | |
| 18:45 - 19:30 HIIT | 18:30 - 19:30 Zumba | 18:45 - 19:30 Aqua Zumba für Mitglieder | | | |
| 19:30 - 20:30 BBP | 19:35 - 20:35 Spinning | | 19:05 - 20:05 Spinning | 19:00 - 19:45 Aqua Zumba für Mitglieder | |
| | 20:00 - 20:45 Aqua Zumba für Mitglieder | | | | |