

Vom **16.-22.09.19** finden im Kursraum im 2.OG Bauarbeiten statt. Ein neuer Fußboden wird verlegt.
Aus diesem Grund ist ein **GEÄNDERTER KURSPLAN** gültig.

Montag				Dienstag				Mittwoch						
TS1	TS2	TS3	FWR	TS1	TS2	TS3	FWR	TS1	TS2	TS3	FWR			
				8.00-8.55 Frühspor										
9.00-9.55 Pilates	9.15-10.10 Fitnessgymn.	9.00.-17.00 Tanzen		9.00-9.55 Gesunder Rücken	9.00-9.55 Bauch Beine Po	09.00-17.00 Tanzen		8.00-8.45 Reha Ortho	8.30-9.45 Vinyasa Yoga	9.00-17.00 Tanzen	9.00-9.45 Reha OEX			
10.00 - 10.55 Rückenfitness	10.15-11.10 Langhantel				10.00-10.55 Bauch Beine Po			9.45-11.10 Basic Yoga			9.00-10.00 deepWORK		9.00-9.45 Reha OEX	
11.00-11.30 Stretching	11.30-12.25 Pilates BB				11.00-11.55 Senioren- gymnastik			11.15-12.10 Rücken-fitness	10.00-10.55 Langhantel		10.00-10.45 Reha Gesunder Rücken			
12.00-12.55 Zumba	12.30-13.55 Yoga für den Rücken				12.00-12.55 Zirkeltraining						11.00-11.45 Reha Gesunder Rücken	11.10-12.10 Cycling		
					12.30-14.00 Koronar ZG				12.15-13.10 Gesunder Rücken					
					14.00-14.45 Reha Ortho			14.00-15.30 Koronar ÜG	14.00-15.00 Hockergymn.		12.30-14.00 Koronar ÜG			
15.00-16.00 Sport, Spiel, Spaß					15.00-15.45 Reha UEX			15.30-17.00 Koronar TG	15.00-16.00 Koronar KK		13.15-14.00 Reha Ortho	14.00-15.30 Koronar TG		
16.00-17.00 Eltern-Kind- Turnen	16.00-16.55 Kindertanz			16-16.55 BALLance					16.30-17.25 Fußgymnastik		15.30-16.40 Artistik & Luftakrobatik	15.30-16.30 Lungensport		
17.00-18.00 Die Jungen Wilden	17.00-21.00 Tanzen			17.05-17.55 Bauch & Rücken	17.00-18.00 Dance & Show 6- 10 J.				17.00-18.00 Capoeira I		16.45-17.55 Artistik & Luftakrobatik		17-18.00 Selbstverteid.	16.30-17.30 Cycling Vital
18.00-18.55 Langhantel				18.00-19.10 Cycling & Shape	18.00-19.00 Dance & Show 11-15 J.			17.30-18.25 Rückenfitness	18.00-19.00 Capoeira II		18.00-18.55 Pilates	18.00-18.55 Teens Fit	18.00-18.55 Bodyshape	17.45-18.55 Yoga für den Rücken
19.00-19.55 Fitness-gymnastik		19.15-20.15 Cycling	19.00-22.00 Tanzen	18.30-19.55 Hatha Yoga	19.05-20.00 Fit Pilates	19.00-20.25 Capoeira	19.00-20.30 Tanzen		19.00-19.25 M.A.X.	19.00-19:55 deepWORK				
20.00-21.00 African Dance		20.30-21.45 Flow-Yoga		19.00-22.00 Tanzen	20.05-21.30 Body Mind Movement	20.05-21.30 Vinyasa Yoga	19.30-19.55 Bauch Spezial		19.30-19.55 Bauch Spezial					
21.00-22.00 Tanzen							20.00-20.55 Faszienfitness	20.30-22.00 Tanzen	20.00-20.55 Faszienfitness	20.00 - 21.00 bodyART				

AUSFALL

FACHWERKRAUM Vereinsheim