

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 – 10:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	09:00 – 09:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	09:00 – 10:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	08:45 – 09:30 Uhr <b>*Rehasport</b>	08:15 – 09:00 Uhr <b>*Rehasport</b>	10:00 – 10:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	
10:00 – 11:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	10:00 – 11:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	10:00 – 11:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	09:30 – 10:15 Uhr <b>*Rehasport</b>	09:00 – 10:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag	11:00 – 12:00 Uhr Crosstraining Outdoor	
13:00 – 13:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	11:00 – 11:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	17:45 – 18:30 Uhr <b>*Rehasport</b>	16:30 – 17:15 Uhr <b>*Rehasport</b>	10:00 – 11:00 Uhr Gesund & Fit in den Tag		<b>*Rehasport:</b> Teilnahme nur mit ärztlicher Verordnung  <b>Für alle Kurse gilt</b>  Anmeldung 2 Tage vor Kurs unter: 02242/2210 Oder über die Studio App
17:15 – 18:00 Uhr <b>*Rehasport</b>	17:00 – 17:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	18:30 – 19:30 Uhr Indoor Cycling	17:15 – 18:00 Uhr <b>*Rehasport</b>	16:30 – 17:15 Uhr <b>*Rehasport</b>		
18:00 – 18:45 Uhr <b>*Rehasport</b>	18:00 – 19:00 Uhr Step Aerobic	18:30 – 19:30 Uhr Langhantel Workout	18:00 – 19:00 Fit-Mix	19:00 – 20:30 Uhr YOGA		
19:00 – 20:00 Uhr Power Move	19:00 – 20:00 Uhr Indoor Cycling	19:30 – 20:30 Uhr After Job Rückenfit	18:00 – 19:00 Uhr Indoor Cycling			
20:00 – 21:00 Uhr YOGA	19:00 – 20:00 Uhr Power Jump		19:00 – 20:00 Uhr Power Jump			