

# Unser Gymnastik Kursplan

Gültig ab 17.07.2020 bis auf Weiteres

**Achtung neue Zeiten!!!**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30 - 10:25 Bodyfit (Andrea W.)	10:00 - 10:55 Pilates (Evi B.)	09:30 - 10:25 Rückenfit (Ying)	09:45 - 10:45 Yoga Soft (Irina)	10:00 - 10:55** Rücken Basic Prävention (Miriam/Nele)	10:15 - 11:10 Bodyfit (wechselnde Kursleiter)	
10:45 - 11:40 Rückensoft (Ute)	11:05 - 12:00 Rückensoft (Michi)	10:45 - 11:40 Pilates-Faszien (Ying)	11:00 - 11:55 Pilates (Evi/Maike)	11:15 - 12:10 Pilates (Ying)		Weekend Special Sonntags 10:30 lt. Aushang ●
18:10 - 19:35 Yoga (F) (Irina)	17:45 - 18:40 Rückenfit (Ute)	17:30 - 18:25 Functional Zirkel (Michi)	18:00 - 18:55 Functional Zirkel (Ben)	17:30 - 18:25 Rückenfit (Sabine S.)		
18:00 - 18:55 Zirkel / Sling (Maike)	19:00 - 19:55 Pilates (Evi B.)	18:00 - 18:55 Pilates (Maike)	19:15 - 20:10 Pilates (Simone G.)	18:45 - 19:35 Bodyfit (Heike B.)		
19:10 - 20:05 RII Faszien - Fit (Nele)	19:00 - 19:55 Functional Zirkel (Ben)	19:20 - 20:15 Bauch Beine Po (Nele)				
			19:15 - 20:15* RII Rücken Plus Prävention (Michi)			