

Gültig ab April 2024

Kursplan Fitness & Gesundheit

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
	12:00 - 13:00 Vinyasa Yoga	12:00 - 13:00 Yin Yoga	12:00 - 12:45 Funktionelles Training
16:15 - 17:15 Funktionelles Training			
17:00 - 18:00 Pilates	17:15 - 18:15 Gymnastik 50+ / Funktionelles Training	17:00 - 18:00 Pilates	
18:00 - 19:00 GanzkörperFitness	18:15 - 19:00 Funktionelles Training	18:00 - 19:15 Vinyasa Yoga	

Gymnastikhalle Basis Kursraum LSV Anlage