

# Corona-Kursplan 2020-2021

vorübergehend ab 01.11.2020 – 31.01.2021



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.15-09.00 Pilates M	07.30-08.15 Yoga Vinyasa	08.15-09.00 Rücken		08.15-09.00 Pilates E/M		<b>Stand: 01.11.2020</b>
09.15-10.00 Pilates E		09.15-10.00 Rücken				
10.30-11.30 Yoga-Iyengar			10.30-11.30 Yoga-Iyengar	10.30-11.30 Fit 4 Fun	10.30-11.15 TRX	10.30-11.45 Yoga Vinyasa
		16.00-16.45 Jugendtraining II			13.45-14.30 Jugendtraining I	12.15-13.00 Langhantel Grundlagen auch für Einsteiger!
18.00-18.45 Rücken		17.00-17.45 Pilates E/M	16.00-16.45 Jugendtraining I	17.00-17.45 TRX		15.00-15.45 Jugendtraining II
19.00-19.30 Stretch	18.15-19.00 Yoga Vinyasa	18.00-18.45 Bauch + Beine intensiv		18.00-19.00 Fit Mix Body/Beine+Po/ Bauch		
19.45-20.15 Cardio-Step	19.15-20.00 Langhantel	19.00-20.00 Yoga Vinyasa	19.15-20.15 Yoga Vinyasa			
20.15-20.45 BOP						
18.30-19.30 Cycling	19.00-20.00 Cycling	19.00-20.00 Cycling	19.00-20.00 Cycling	18.30-19.30 Cycling		11.00-12.00 Cycling