

Kursplan ab 22. Oktober bis April 19

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9	Back Fit Spiraldynamik Pilates	M.A.X. Plus Zumba Pilates Soft	Back Fit Pilates Soft Fayo (Faszienyoga)	Fayo (Faszienyoga)	Back Fit Back Fit Soft Cardio Workout	Zumba
10	Fayo (Faszienyoga)	Faszien Care				
11						
12					Langhantel-Workout (12.10 Uhr)	
13						
14	KAREK Gym. A		KAREK Walking		KAREK Krafraum (13.30-16.00 Uhr)	
15	KAREK Gym. B		KAREK Schulung			
16					Herzgruppe (16.30-17.30 Uhr)	
17						
18	Herzgruppe Back Fit Soft	Aqua Fit (Mettmenstetten) BodyART	Aqua Medical (Mettmenstetten) M.A.X. Plus Lauffreife Faszien Care	Fayo (Faszienyoga) Functional Circle	Aqua Fit (Mettmenstetten)	
19	Sypoba M.A.X. Plus	Aqua Gym (Mettmenstetten) Indoor Cycling	Aqua Fit (Mettmenstetten) TRX Workout	Back Fit Pilates		
20	Fayo (Faszienyoga)	Back Fit Aqua Fit (Mettmenstetten)	Fayo (Faszienyoga) Zumba	Indoor Cycling		