

## Kursplan ab 01. Mai bis Oktober 18

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9	Back Fit Spiraldynamik	M.A.X. Plus Zumba	Back Fit Pilates Soft	Fayo (Faszienyoga)	Back Fit Back Fit Soft	
10	Pilates Fayo (Faszienyoga)	Pilates Soft Faszien Care	Fayo (Faszienyoga)	Faszien Care	Cardio Workout	Zumba
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 (Mettmensetten) 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			