



Lektionsplan

ab Februar 2017

neu

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Bad	Fit	Fit	Fit	Fit
								08.50-09.20 Uhr	
9.00-9.50 Uhr FunTone Moni	9.00-10.00 Uhr Yoga Regula	9.00-9.50 Uhr Zumba Kary		08.50-09.35 Uhr M.A.X.&Bauch Maria	9.00-10.15 Uhr Yoga Silvie	9.00-10.00 Uhr Bodytoning Moni	9.00-10.00 Uhr BodyPump Käthy	CX WORX Ramona	
10.00-11.00 Uhr Spinning Moni	10.15-11.15 Uhr Yoga Regula	10.00-11.00 Uhr Spinning&Bauch Maria		9.40-10.30 Uhr RückenFit Rahel		10.00-10.55 Uhr Zumba Kary	10.10-10.55 Uhr M.A.X.&Bauch Maria	9.20-10.20 Uhr Bodypump Gerd	
				10.35-11.25 Uhr Vital-Fit Rahel				10.30-11.30 Uhr Spinning Team	
12.15-13.00 Uhr BodyPump Rita		12.15-12.45 Uhr CX WORX Sandy				12.15-13.05 Uhr Spinning Reto			11.00-12.00 Uhr Spinning Team
	18.15-19.15 Uhr			18.00-18.30 Uhr					
18.45-19.15 Uhr M.A.X. Maria	Yoga Regula	18.30-19.50 Uhr Spinning Reto	18.30-19.30 Uhr Power Yoga Emma	CX WORX Sara		19.00-20.00 Uhr BodyPump Markus /Team			
19.30-20.30 Uhr BodyPump Käthy	Yoga Regula			18.45-19.50 Uhr Spinning Käthy					

Deiner Gesundheit zuliebe - erscheine pünktlich zur Lektion - benutze saubere Turnschuhe und ein Handtuch - trinke ausreichend