



Lektionenplan Weihnachten 2017

| Montag 18. | | Dienstag 19. | | Mittwoch 20. | | Donnerstag 21. | Freitag 22. | Samstag 23. | Sonntag 24. |
|----------------------------------|-----------------------------------|--|-------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------|--|-------------------------------------|-------------|
| Fit | Bad | Fit | Bad | Fit | Bad | Fit | Fit | Fit | Fit |
| | | | | 08.50-9.35 Uhr | | | | | |
| 9.00-9.50 Uhr | 9:00-10:00 Uhr | 9.00-9.50 Uhr | | M.A.X. & Bauch Maria | 9.00-10.00 Uhr Yoga Charlotte | 9.00-10.00 Uhr Bodytoning Moni | 9.00-10.00 Uhr BodyPump Team | 09:00-09:30 CX WORX Ramona | |
| FunTone Moni | Yoga Regula | Zumba Kary | | 9:40-10:30 RückenFit Rahel | | 10:00-10:55 Zumba Kary | 10.10-11.00 Uhr M.A.X. & Bauch Maria | 9.40-10.40 Uhr BodyPump Gerd | |
| 10.00-11.00 Uhr | 10.15-11.15 Uhr | 10.00-11.00 Uhr | | | | | | 10.50-11.50 Uhr Spinning Team | |
| Spinning Moni | Yoga Regula | 30' Spinning INT 30' Bauch Maria | | | | | | | |
| 12:15-13:00 Bodypump Karin | | | | | | 12:15-13:05 Spinning Reto | | | |
| | | | | | | | | | |
| 18.45-19.15 Uhr | | 18.30-20.00 | | 18.00-18.30 Uhr | | | | | |
| M.A.X. & Bauch Maria | 18.15-19.15 Uhr Yoga Regula | Spinning Reto | 19:00-20:00 Uhr Pilates Sandy | CX WORX Gerd | 18.45-19.50 Uhr Spinning Marcel | 19:00-20:00 Bodypump Markus | | | |
| 19.30-20.30 Uhr | 19.30-20.30 Uhr | | | | | | | | |
| BodyPump Gerd | Yoga Regula | | | | | | | | |



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