

# Kursplan ab 01.10.24

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Rehasport 9:00 Uhr		Bodywork Rücken & Core 9:00 Uhr	Rehasport 9:00 Uhr	Rückbildung 9:00 Uhr mit Anmeldung	Bodywork HIIT 9:30 Uhr
MamaFit Outdoor 10:15 Uhr		Rehasport 10:15 Uhr		MamaFit Pilates 10:15 Uhr mit Anmeldung	
		Pilates 16:45 Uhr	Rehasport 16:00 Uhr	Fit durch die Schwangerschaft 16:00 Uhr	
	Rehasport 17:30 Uhr	Rehasport 18:00 Uhr	Bodywork Shape & Style 17:30 Uhr	Pilates 17:15 Uhr	
	Yoga 18:30 Uhr mit Anmeldung	Functional Outdoor 19:15 Uhr		Bodywork HIIT & YOGA 18:30 Uhr	

Marienstr. 8
  Am Schanzl 11
  Fritz - Seuß - Str. 2