

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG | SONNTAG |
|--|--|--|--|--|---------|--|
| | 11:00 - 12:00 Rückenfit mit Marco | | | 10:00 - 11:00 Rückenfit mit Marco | | 10:30- 11:30 Spinning mit der Stadtparkasse* |
| | | | | | | |
| | | 17:30 - 18:30 Yoga mit Gabi | 18:00 - 19:00 Spinning mit Sabine | | | Mindestteilnehmerzahl 3 Personen |
| | 17:30 - 18:30 Total Bodyworkout mit Pauline | 18:30 - 19:30 TRX- Training mit Marco | 19:00 - 20:00 BBP mit Svitlana | | | Kursanmeldung Du hast die MySports App noch nicht? |
| 19:00 - 20:00 Spinning mit Anna | 18:30 - 19:15 Mobility mit Pauline | | | | | Hol Sie Dir gleich!  |

* Spinning Kurs findet sonntags vom 01.10.-30.04. zusätzlich statt / Mindestteilnehmerzahl 3 Personen ; bitte 2h vor Kursstart über die MySports App oder telefonisch anmelden