

| Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag   | Samstag  | Sonntag   |
|---|---|---|---|---|--|---|
|   | <b>NEU ab 05.09.17</b>  |   |   |   | 11.00-12.00 Uhr<br>X-Functional<br>mit Maik+Marius | Sommerpause<br>Juni -September  |
| 18.00 – 19.00.Uhr<br>Cardio-Workout<br>mit Verena | 18.15 – 19.00 Uhr<br><br>mit Ricarda | 18.00 – 19.15 Uhr<br>Indoor-Cycling<br>and more<br><b>Mittel/Fortgeschritten</b><br>mit Susanne | 18.00 – 19.00 Uhr<br>“Moving”<br>mit Nikita   | 18.30 – 19.15 Uhr<br>Indoor-Cycling<br><b>Anfänger</b><br>mit Michael         |  | <b>Jeden 1. + 3. Sonntag</b><br>11.00 – 11.45 Uhr<br>Indoor-Cycling<br><b>Anfänger</b><br>mit Susanne         |
| 19.00 – 19.30 Uhr<br>Bauchkiller<br>mit Verena    | 19.00 – 20.15 Uhr<br>Yoga<br>mit Ricarda  | 19.30 – 20.30 Uhr<br>Pilates<br>mit Renate  | 19.00 – 20.00 Uhr<br>DanceOn<br>mit Nikita  | 19.15 – 20.00 Uhr<br>Indoor-Cycling<br><b>Fortgeschrittene</b><br>mit Michael |  | <b>Jeden 1. + 3. Sonntag</b><br>11.45 – 12.30 Uhr<br>Indoor-Cycling<br><b>Fortgeschrittene</b><br>mit Susanne |
|   |   |   | 20.00 – 21.00 Uhr<br><br>mit Pete |   |  | Kurse finden von<br>September – Mai statt   |