

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
10:00	10:00 - 11:00 Rückenfit Senior <i>Petra</i>		10:00 - 11:00 Seniorenturnen <i>Petra</i>	10:00 - 11:00 Bodywork 50+ <i>Andrea</i>		
11:00						
14:00						
15:00	 Frühjahr 2023					
16:00						
17:00	17:00 - 18:00 Bodywork 50+ <i>Petra</i>	17:00 - 18:00 Zumba Gold® <i>Andrea</i>	17:00 - 18:00 YOGA <i>Sabrina</i>			
17:30						
17:50						
18:00						
18:15	18:15 – 19:15 Tabata (Zoom Liveübertragung) <i>Astrid</i>		18:15 – 19:15 Strong Nation® <i>Jasi/Johanna</i>	18:15 – 19:15 Zumba Fitness® (Zoom Liveübertragung) <i>Johanna/Astrid</i>		
18:30						
19:00						
19:15						
19:30	19:30 – 20:30 Zumba Fitness® (Zoom Liveübertragung) <i>Andrea</i>	19:30 – 20:30 HIIT (Zoom Liveübertragung) <i>Johanna</i>	19:30 – 20:30 YOGA <i>Sabrina</i>	19:30 – 20:30 deepWORK® (Zoom Liveübertragung) <i>Andrea</i>		
20:00						
20:15						
20:30						