

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			8.00 – 9.00 Yin Yoga	
9.00 – 9.45 Body Workout	10.00 – 11.00 Reha+		9.30 – 10.15 Starker Rücken	9.00 – 9.45 Functional Zirkel
10.00 – 10.30 Fle-xx *	11.00 – 12.00 Reha+			10.00 – 11.00 Indoor Cycling
17.00 – 17.45 Tabata	17.00 – 18.00 Reha+	17.00 – 17.45 Faszien Workout	17.30 – 18.00 Fle – xx *	
18.00 – 19.00 Indoor Cycling	18.00 – 19.00 Reha+	18.00 – 18.45 Tabata	18.00 – 19.00 Indoor Cycling	18.00 – 18.30 Fle – xx *
19.15 – 20.00 Functional Zirkel	19.00 – 19.45 Zumba		19.15 – 20.00 Starker Rücken	

Fle-xx* = Für alle Mitglieder mit Fle-xx Modul

Reha+ = Nur mit gültiger Rehabilitationsbescheinigung