

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	10:00-10:45 Soft Cycling		10:00-11:00 Funktional Gymnastik		10:00-11:00 Funktional Gymnastik		
		11:00-11:15 Bauch Intensiv Fläche		11:00-11:45 Bauch Intensiv Fläche			
	18:00-19:00 Rückenfit		18:00-19:00 TRX	18:00-19:00 Funktional Zirkeltraining	18:00-19:00 Bootcamp		
	19:00-20:00 TRX			19:00-20:00 Cycling			

LEGENDE

 GESUNDHEIT	 ENTSPANNUNG	 REHABILITATION
 POWER	 HERZ-KREISLAUF	 CYBER KURSE
 TRAININGSFLÄCHE	 KURSRAUM	