

# Kursplan

Einfach mal abschalten



## Montag

-

-

-

18:45 - 19:30  
**Bodyforming**  
Kerstin

19:30 - 20:15  
**Step-Mix**  
Kerstin

## Dienstag

-

17:00 - 17:30  
**Aqua-Fit**  
Monika

18:00 - 18:45  
**Wirbelsäulengymnastik**  
Moana

18:45 - 19:30  
**Pilates**  
Moana

19:30 - 20:15  
**Zumba**  
Charlie

## Mittwoch

-

-

18:00 - 18:30  
**Aqua-Bodystyle**  
Jörn

18:30 - 19:00  
**Aqua-Power**  
Jörn

-

## Donnerstag

-

17:00 - 17:30  
**Aqua-Fit**  
Heike

18:00 - 18:45  
**Wirbelsäulengymnastik**  
Heike

19:00 - 20:30  
**Yoga**  
Birgit

-

## Freitag

-

-

-

-

-