

# MONTAG

# DIENSTAG

# MITTWOCH

# DONNERSTAG

# FREITAG

## TAI CHI

mit Susi

09.00-09.55

## JUMPING FITNESS

mit Michelle  
16.40-17.35

## QIGONG

mit Karin  
17.30-18.25

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
17.45-18.40

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
18.45-19.40

## HATHA YOGA

mit Claudi  
16.45-17.40

## FUNCTIONAL TRAINING

mit Uli  
18.00-18.55

## RÜCKENFIT

mit Uli  
19.00-19.55

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
08.45-09.40

## PILATES

mit Tanja  
17.45-18.40

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
17.30-18.25

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
18.30-19.25

## JUMPING FITNESS

mit Michelle  
18.30-19.25

## FUNCTIONAL TRAINING

mit Uli  
18.30-19.25

## QIGONG

mit Karin  
19.30-20.25

## SCHWANGERSCHAFTS YOGA

mit Christina  
15.45-17.00

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
17.00-17.55

## RÜCKENFIT

mit Uli  
17.15-18.10

## RÜCKENFIT ZIRKELTRAINING

mit Sven  
18.45-19.40

Die Kurse finden in zwei (bei Bedarf klimatisierten) Kursräumen statt:  
Raum-Albtal & Raum-Horbach

