Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 - 09:00 WS-Gymnastik	08:00 - 09:00 WS-Gymnastik	08:00 - 08:45 INBALLance		08:00 - 09:00 WS-Gymnastik
09:00 - 10:00 Pilates	09:00 - 10:00 Rücken-Power	09:00 - 10:00 Fit Ball	09:00 - 09:30 Dr. Wolff Rückentraining*	09:00 - 10:00 Geräte-Zirkel
10:00 - 11:00 Kreggel Hollen	10:00 - 11:00 Geräte-Zirkel	10:00 - 11:00 Geräte-Zirkel	09:30 - 10:30 WS-Gymnastik	10:00 - 11:00 WS-Gymnastik
15:00 - 16:00 Geräte-Zirkel			10:30 - 11:30 WS-Gymnastik	
17:00 - 18:00 WS-Gymnastik	17:30 - 18:00 Dr. Wolff Rückentraining*		16:30 - 17:30 Reha-Kids	
18:00 - 19:00 WS-Gymnastik	18:00 - 19:00 WS-Gymnastik		18:00 - 19:00 WS-Gymnastik	
18:45 - 19:45 Outdoor Campus Zirkel	20:00 - 21:00 WS-Gymnastik	18:00 - 19:00 WS-Gymnastik	19:00 - 20:30 INyoga	
19:00 - 20:00 Rücken-Power		19:00 - 20:00 WS-Gymnastik		



Rücken- u. Gelenktraining Senioren Training Ausdauer Training Muskel- u. Figurtraining Entspannung/Kräftigung * Kurse mit Anmeldung

INJOY med
HEALTH- AND FITNESSCLUBS