

## Kursplan ab April 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	9:15-10:00 Uhr Bauch/Beine/Po			9:15-10:15 Uhr Fit 60+	9:30-10:30 Uhr Jumping Fitness
	10:15-11:15 Uhr Reha-Sport Orthopädie	10:30-11:30 Uhr Jumping Basics			
18:00-18:45 Uhr Tabata / Zirkeltraining	17:30-18:15 Uhr Functional Step	18:00-18:45 Uhr Faszientraining	17:45-18:45 Uhr Muscle Power	16:15-17:00 Uhr Jumping Kids ( Warteliste )	
19:00-20:00 Uhr Bellicon Health	18:30-19:15 Uhr Strong & Stretch	19:00-20:00 Uhr Bodyshape	19:00-20:00 Uhr Yoga	17:15-18:15 Uhr Jumping Fitness	
	19.30-20.30 Uhr Jumping Fitness				