

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	9.30 - 10.20 Uhr Ladies-Fitness- Area TRX Fit			9.30 - 10.20 Uhr Ladies-Fitness- Area TRX Fit		13.30 - 16.30 Uhr *SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen
	17.00 - 17.50 Uhr Ladies-Fitness- Area Zumba Circuit				13.30 - 16.30 Uhr *SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen	
18.00 - 18.45 Uhr Ladies-Fitness- Area Zumba	18.15 - 19.05 Uhr TRX Fitness				15.00 - 16.00 Uhr TRX Fitness + Circuit	
		19.30 - 20.30 Uhr CROSS Training	19.15 - 20.05 Uhr Bauch,Beine,Po		16.30 - 17.15 Uhr Ladies-Fitness- Area Zumba	
19.00 - 21.30 Uhr SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen	18.15 - 21.30 Uhr SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen	19.30 - 21.30 Uhr SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen	19.00 - 21.30 Uhr SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen	19.00 - 22.00 Uhr SEMI Personal Training Powerbuilding Kleingruppen		
	20.30 - 21.30 Uhr Armrestling Ab 15 Jahre			20.35 - 21.30 Uhr ComplexTraining		