



Studiokurse 06.01. – 13.07.2025

Kurzfristige Änderungen sind möglich!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
	Pilates 9.00 – 9.45 Uhr Daniela aktiv-Gymnastikraum			Rückenfit ins Wochenende 10.30 - 11.15 Uhr Doris aktiv-Gymnastikraum	Rhythm & Body 11.00 - 11.45 Uhr Mona K. aktiv-Gymnastikraum
					BBP 12.00 - 12.45 Uhr Mona K. aktiv-Gymnastikraum
Körperfit 16.00 - 16.45 Uhr Marlene aktiv-Gymnastikraum			Pilates 17.00 - 17.45 Uhr Marlene aktiv-Gymnastikraum		
Dance Fitness 18.05 - 18.50 Uhr Monja BTG-Sporthalle	Wirbelsäulengymnastik 18.00 - 18.45 Uhr Daniela aktiv-Gymnastikraum	Der aktive Rücken 18.00 - 18.45 Uhr Johanna aktiv-Gymnastikraum	Wirbelsäulengymnastik 18.05 - 18.50 Uhr Monja BTG-Sporthalle *	Pilates 18.00 - 18.45 Uhr Patricia BTG-Sporthalle	
Body-Fit 19.00 - 19.45 Uhr Daniela aktiv-Gymnastikraum	Fit-Mix für Jedermann 19.05 – 19.50 Uhr Jutta BTG-Sporthalle	YogaFit 19.15 - 20.00 Uhr Lara BTG-Sporthalle	Fit is Fun 19.00 - 19.45 Uhr Jutta BTG-Sporthalle		
man's power – power for men and women 20.30 - 21.30 Uhr Andreas BTG-Sporthalle			Fit & Relax 19.15 - 20.00 Uhr Steffi aktiv-Gymnastikraum		

* = Vereinsangebot; auch für Studiomitglieder nutzbar