


# Zoom-/Online-Angebot

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9: 00 Uhr					
9:30 Uhr					<b>Fullbodyworkout</b>
10:00 Uhr	<b>Fit in den Montag</b> 10:00 - 10:45 Uhr Britta				9:30 - 10:30 Uhr mit Ela
10:30 Uhr					<b>Tiefenentspannung</b> mit Ela
11:00 Uhr	<b>Wirbeläulengym.</b> mit Britta 11:00 - 12:00 Uhr			<b>Yin Yoga</b> mit Britta 11:00 - 12:00 Uhr	10:30-11:00 Uhr
11:30 Uhr					
12:00 Uhr					
12:30 Uhr					
13:00 Uhr					
13:30 Uhr					
15:00 Uhr					
15:30 Uhr	<b>Yoga</b> 15:30 - 17:00 Uhr mit Thea		<b>Familienturnen für Zuhause</b> 16:00-16:45 mit Lea		
16:00Uhr					
16:30 Uhr					
17:00 Uhr		<b>Qigong</b>	<b>Bauch &amp; Rückenfit</b>	<b>Zumba</b>	<b>Rückenfit</b>
17:30 Uhr		17:00 - 18:00 Uhr Dominique	17:00 - 17:50 Uhr mit Roman	17:00 - 17:50 Uhr Katja	17:00 - 17:50 Uhr mit Lea
18:00 Uhr	<b>Zumba</b>	<b>Bauch Beine Po</b>	<b>Pilates</b>	<b>Health &amp; Stretch</b>	<b>Zirkeltraining</b>
18:30 Uhr	18:00 - 18:50 Uhr mit Katja	18:00 - 18:50 Uhr mit Alina	18:00 - 18:50 Uhr mit Nicole	18:00 - 18:50 Uhr mit Nils	18:00 - 18:50 Uhr Lea
19:00 Uhr	<b>Kraftraining ohne Geräte</b>	<b>Tabata</b>	<b>Yoga</b>	<b>Functional Fitness</b>	<b>Yoga</b>
19:30 Uhr	19:00 - 20:00 Uhr mit Roman	19:00 - 20:00 Uhr mit Alina	19:00 - 19:50 Uhr Nicole	19:00 - 20:00 Uhr mit Nils	19:00 - 20:00 Uhr mit Ela
20:00 Uhr			<b>Power Pilates</b>		
20:30 Uhr			20:00 - 21:00 Uhr mit Randi		
21:00 Uhr					