

# Fit & Gesund



## Kursplan

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
9.00 Uhr: Pilates		9.00 Uhr: Fit am Morgen	
		10.15 Uhr: SeniorenFit	
17.45 Uhr: Complete Body Workout I			
18.45 Uhr: Complete Body Workout II			19.00 Uhr: Vinyasa Flow Yoga Basic
	20.00 Uhr: Vinyasa Flow Yoga		

NEU