

## MONTAG

### SPINNING

10.00 Uhr – 11.00 Uhr

### SPINNING

16.45 Uhr – 17.45 Uhr

### SPINNING

18.15 Uhr – 19.15 Uhr

## DIENSTAG

### Orthopädische Reha

11:00 – 12:00 Uhr

### Orthopädische Reha

16:15 – 17:15 Uhr

### SPINNING

17.30 Uhr – 18.30 Uhr

## MITTWOCH

### Bauch, Beine & Po

10.00 Uhr – 11.00 Uhr

### Orthopädische Reha

14:00 – 15:00 Uhr

### Zirkeltraining

15.15 Uhr – 16.00 Uhr

### SPINNING

17.00 Uhr – 18.00 Uhr

### SPINNING

18.15 Uhr – 19.15 Uhr

## DONNERSTAG

### Orthopädische Reha

15:00 – 16:00 Uhr

### Bauch, Beine & Po

17.10 Uhr-18.10 Uhr

### SPINNING

18.30 – 19.30 Uhr

## FREITAG

### Orthopädische Reha

08:45 – 9:30 Uhr

### Yogikurs

10.00 Uhr – 11.00 Uhr

### SPINNING

14.30 - 15.30 Uhr