



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10 Uhr		Balance Workout 10:00 - 11:00 Jane Seibert-Vollet	NIA 10:00 - 11:00 Bettina Buettner	Yoga für Schwangere 10:00 - 11:00 Marijke Skowasch	Rückbildungsgymnastik 10:00 - 11:00 Annette Schmidt	Yoga Flow 10:00 - 11:00 Marijke Skowasch	
11 Uhr			Pilates 11:00 - 12:00 Bettina Buettner		Rückbildungsgymnastik 11:00 - 12:00 Annette Schmidt	Yoga Slow zum Loslassen 11:00 - 12:00 Marijke Skowasch	Vitaler Rücken 11:00 - 12:00 Eva Kinast
12 Uhr						Pilates und Yoga Mix 12:00 - 13:00 Stephanie Pfaff	
13 Uhr						Pilates 13:00 - 14:00 Stephanie Pfaff	
14 Uhr							
15 Uhr							Total Body Conditioning 15:00 - 16:00 Stefan Kuschmann
16 Uhr		Latein Standard Tanzen 6-12 Jahre 16:00 - 17:00 Motsi Mabuse Tanzschule	Vitaler Rücken 16:00 - 17:00 Chris Chmiel	Line Dance Anfänger 16:00 - 17:00 Hildegard Rauhut			
17 Uhr		Latein Standard Tanzen ab 13 Jahre 17:00 - 18:00 Motsi Mabuse Tanzschule	Pilates 17:00 - 18:00 Chris Chmiel	Line Dance 17:00 - 18:00 Hildegard Rauhut	Jazzdance/Showdance 7-10+ Jahre 17:00 - 18:00 Alexandra Diedrich		
18 Uhr	Curvy Yoga 18:00 - 19:00 Gabriela Prahm	Sanchin Karate Erwachsene 18:00 - 19:00 Jan Marchese	Faszien in Bewegung 18:00 - 19:00 Sandra Iannitto	Flexi-Power 18:00 - 19:00 Iris Froechtenicht	Jazzdance/Showdance WK 12-19 Jahre 18:00 - 20:00 Alexandra Diedrich		
19 Uhr		Line Dance 19:00 - 20:00 Hildegard Rauhut	Stretch & Workout 19:00 - 20:00 Sylvia Lorey	Thai Bo 19:00 - 20:00 Milenka Kravar			
20 Uhr		Line Dance Anfänger 20:00 - 21:00 Hildegard Rauhut	Rücken & Relax 20:00 - 21:00 Sylvia Lorey				
21 Uhr							