

# PROGRAMM GROUP-FITNESS BENEFIT

1. JULI BIS 30. SEPTEMBER 2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
		Aqua-Gym (45') 8 Uhr		
				Aqua-Gym (45') 8 Uhr
	Aqua-Pilates (45') 17 Uhr		Aqua-Pilates (45') 13 Uhr	
Aqua-Power (45') 17.30 Uhr		Yoga (60') 18.30 Uhr		
Pilates (50') 18.30 Uhr	Aqua-Power (45') 19 Uhr		Bodyforming (50') 18 Uhr	
Yoga (60') 19.30 Uhr			Schluchten-Run (60') 19 Uhr	
			Stretch & Mobility (20') 20.15 Uhr	

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt, deshalb ist eine Anmeldung erforderlich. Änderungen des Kursprogramms sind vorbehalten. Am 1. August finden keine Kurse statt.