

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 10:00 <b>Pilates</b> Tanja	09:00 - 10:00 <b>Fatburner</b> Sarah	08:30 - 09:30 <b>Gesunder Rücken</b> Holger	09:00 - 10:15 <b>Gesunder Rücken mit Stretch</b> Tanja	09:00 - 09:45 <b>Faszien Fitness</b> Karin	09:30 - 10:45 <b>Yoga</b> Karin/Isabella	09:30 - 10:30 <b>Gesunder Rücken</b> Gela/Caren
10:00 - 10:45 <b>Easy Aerobic</b> Tanja	10:00 - 10:45 <b>Faszien Fitness</b> Karin	10:15 - 11:15 <b>Indoor Cycling</b> Chris		10:00 - 11:15 <b>Yoga</b> Karin	10:45 - 11:45 <b>Power Dumbell</b> Micha	10:30 - 11:30 <b>Indoor Cycling</b> Peter/Roland
						10:45 - 11:45 <b>Functional Zirkel Workout</b> Tuffi
			17:00 - 18:00 <b>Fatburner</b> Christine			
17:45 - 18:45 <b>Gesunder Rücken</b> Micha	16:45 - 17:30 <b>REHA-Sport</b> Holger		18:00 - 18:45 <b>Step Up</b> Caren	17:00 - 18:00 <b>Body Workout</b> Carina		
18:30 - 19:30 <b>Indoor Cycling</b> Jana	17:30 - 18:45 <b>Flow into Yoga</b> Tanja	18:00 - 19:00 <b>Functional Zirkel</b> Marcel	18:45 - 19:30 <b>Faszien Fitness</b> Caren	18:00 - 19:00 <b>Easy Step</b> Carina		
18:45 - 19:45 <b>Power Dumbell</b> Micha	18:45 - 19:15 <b>Bauch „Spezial“</b> Gela	19:00 - 20:00 <b>Gesunder Rücken</b> Gela	18:45 - 19:45 <b>Indoor Cycling</b> Peter			
	19:15 - 20:15 <b>Cardio- &amp; Body-Blast</b> Melv		19:30 - 20:30 <b>Pilates</b> Tanja			



**Kursanmeldung:** Bitte melde Dich immer über die FITZ App an – nur wer angemeldet ist, hat auch Anspruch auf einen Platz im Kurs.  
**NEU:** Es sind bis zu 4 Kurse im Voraus (<8 Tage) eigenständig buchbar. Solltest Du an weiteren Kursen teilnehmen wollen, können wir Dich gerne innerhalb von 24 Stunden vor Stundenbeginn an der Theke einbuchen.

**Mindestteilnehmerzahl für alle Kurse: 3 Personen**

(Sollte die Teilnehmerzahl bei Abendstunden bis 12 Uhr und bei Vormittagsstunden am Abend vorher um 20 Uhr nicht erreicht sein, wird der Kurs abgesagt)

\* Änderungen vorbehalten