

Kursplan und Trainer KW44

Montag							
27.10.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
09:00	RückenFit	60	Alexandra	18:30	Flexibar	45	Anastasiya
18:00	Sixpack	15	Marcel				
18:30	Pumping	45	Mareike				
19:30	Jumping Fitness	45	Jürgen				

[illegible][illegible]

Donnerstag							
30.10.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Flexibar	45	Alexandra	18:30	RückenFit	45	Tim
11:00	Qigong	60	Miriam	19:30	Yoga	75	Elena
17:30	Bodystyling	45	Janine B.				
18:30	Jumping Fitness	45	Janine B.				

[illegible]

Samstag							
01.11.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Pumping	45	Wallice				
11:00	Jumping Fitness	45	Jürgen				
12:00	Sixpack	15	Tim				
12:30	Functional Workout	30	Tim				

[illegible]