

Kursplan und Trainer KW20

Montag							
12.05.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
09:00	RückenFit	60	Loris	18:30	Flexibar	45	Anastasiya
18:00	Sixpack	15	Tim				
18:30	Pumping	45	Mareike				
19:30	Jumping Fitness	45	Mareike				

Dienstag							
13.05.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Bodystyling	45	Loris	18:00	Mobility Stretch	30	Tim
17:30	BBP	45	Mareike	19:30	Yoga	75	Jutta
18:30	Fatburner Intense	45	Mareike				

Mittwoch							
14.05.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
09:00	Pilates	60	Alexandra	18:00	Pilates	60	Ivan
12:30	Functional Workout	30	Loris				
18:00	Jumping Fitness	45	Jule				
19:00	Latin Dance	45	Isabella				

Donnerstag							
15.05.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Flexibar	45	Alexandra	18:00	Sixpack	15	fällt aus
11:00	Qigong	60	Miriam	18:30	RückenFit	45	Tim
17:30	Bodystyling	45	Janine B.	19:30	Yoga	75	Andrea
18:30	Jumping Fitness	45	Janine B.				

[illegible]

Samstag							
17.05.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Pumping	45	Vivian				
11:00	Jumping Fitness	45	Nina				
12:00	Sixpack	15	Marcel				
12:30	Functional Workout	30	Marcel				

[illegible]