



# Kursprogramm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>09:30 - 10:20</b> <b>Bauch-Beine-Po mit Rücken</b> Samira	<b>10:00 - 10:50</b> <b>Pilates</b> Eike		<b>10:00 - 10:50</b> <b>Rücken Fit</b> Eike	<b>09:30 - 10:20</b> <b>TôsôX</b> gerade KW <b>M.A.X.</b> ungerade KW Iris
			<b>15:00</b> <b>Senioren-Zirkel</b>	
<b>18:30 - 19:20</b> <b>Poundfit</b> Hermine	<b>18:30 - 19:20</b> <b>Bauch-Beine-Po mit Rücken</b> Samira		<b>18:30 - 19:20</b> <b>Power Workout</b> Gundi	
	<b>19:30 - 21:00</b> <b>Yoga</b>			