

VORMITTAG

NACHMITTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	8:00 Uhr ⌚ Fitness & Workout 50 min.			8:00 Uhr ⌚ Fitness & Workout 50 min.
9:00 Uhr ⌚ Fitness 60 plus Senioren 50 min.	9:00 Uhr ⌚ Fitness 60 plus Senioren 50 min.	9:30 Uhr ⌚ Prana Yoga Senioren 90 min.	9:00 Uhr ⌚ Tone & Stretch 60 min. Mariella Moser	9:00 Uhr ⌚ Fitness 60 plus Senioren 50 min.
10:00 Uhr ⌚ Fitness 70 plus Gymnastik am Stuhl 50 min.	10:10 Uhr ⌚ Cantienica 60 min. Veronika Seidler			10:00 Uhr ⌚ Ballett Klassisches Training Damen 60 min.
11:10 Uhr ⌚ Pilates Level I, II 60 min. Mariella Moser	11:15 Uhr ⌚ Cantienica 60 min. Veronika Seidler			11:10 Uhr ⌚ Pilates Level I, II 60 min. Mariella Moser
12:30 Uhr ⌚ Pilates Basic, Level I 60 min. Mariella Moser	15:30 Uhr ⌚ Ballett 60 min.	15:30 Uhr ⌚ Ballett 60 min.	15:00 Uhr ⌚ Ballett 50 min.	
16:00 Uhr ⌚ Ballett 60 min.	16:30 Uhr ⌚ Ballett 60 min.	16:30 Uhr ⌚ Ballett 60 min.	16:00 Uhr ⌚ Ballett 50 min.	
17:00 Uhr ⌚ Ballett 90 min.	17:30 Uhr ⌚ Ballett 90 min.	17:30 Uhr ⌚ Ballett 90 min.	17:00 Uhr ⌚ Ballett 90 min.	17:00 Uhr ⌚ Jazz 1 60 min.
	19:10 Uhr ⌚ Körper formen mit orientalischem Tanz 90 min. Maria-Angela Hainz	19:10 Uhr ⌚ Prana Yoga mit Astrid Jordan 90 min.	18:45 Uhr ⌚ Dance & Fitness 45 min. Mariella Moser	18:00 Uhr ⌚ Jazz 2 60 min.
20:15 Uhr ⌚ Dance & Fitness 45 min. Mariella Moser			19:45 Uhr ⌚ Pilates Level I, II 60 min. Mariella Moser	19:30 Uhr ⌚ Biodanza 90 min. Isabel Alcantara