



Montag	09:00 - 09:55	Start in die Woche 1	Rathauskeller	Claudia S.
	10:05 - 11:05	Start in die Woche 2	Rathauskeller	Claudia S.
	18:00 - 18:55	Bodyfit	Erich-Kästner-Halle	Karin Ka.
	19:05 - 20:00	Pilates	Erich-Kästner-Halle	Karin Ka.
	20:00 - 21:00	Bodystyling	Mehrzweckhalle	Carola
Dienstag	08:45 - 10:00	Yoga	Rathauskeller	Kerstin
	10:10 - 11:30	Workout	Rathauskeller	Sandra
	19:00 - 19:55	Pilates I.	Erich-Kästner-Halle	Karina
	20:05 - 21:00	Pilates II.	Erich-Kästner-Halle	Karina
Mittwoch	18:30 - 19:30	Rückenfit	Mehrzweckhalle	Claudia W.
	19:40 - 20:50	Faszienenergie	Mehrzweckhalle	Agnes
Donnerstag	09:00 - 09:55	Seniorengym I.	Rathauskeller	Karin Ki.
	10:05 - 11:00	Seniorengym II.	Rathauskeller	Karin Ki.
	18:30 - 19:30	Cardio Workout	Outdoor (MZH Tartanpl.)	Manfred
Freitag	18:15 - 19:15	Powerworkout	Mehrzweckhalle	Agnes

* Bitte eigene Matte mitbringen und Übungsräume mit Maske betreten/verlassen