Kursplan me-sportStudio vom 14.04.2025 bis 20.04.2025

	Montag 14.04.2025		Dienstag 15.04.2025		Mittwoch 16.04.2025		Donnerstag 17.04.2025		Freitag 18.04.2025		Samstag 19.04.2025		Sonntag 20.04.2025	
Zeit	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**	**Kursraum 1**	**Kursraum 2**
09:00	Workout All-In 9:00-10:00		Workout All-In 9:00-10:00				Rückenfit 9:00-10:00		**Karfreitag** geöffnet **9:00 - 16:00** stiller Feiertag **keine Kurse**				**Ostersonntag geschlossen**	
10:00	Faszien Training 10:00-11:00		Pilates 10:00-11:00		Rücken Pilates 10:00-11:00		Rückenfit 10:00-11:00	Yoga 10:00-11:30			Spinning / Angi 10:15-11:15			
11:00			Zumba 11:00-12:00		Spinning 11:00-12:00							Bo[illegible]ing 11:15-12:15		
12:00														
			Mittagspause 13:00 bis 15:00				Mittagspause 13:00 bis 15:00							
17:00	Workout All-In 17:00-18:00	Rückenfit 17:00-18:00			BOP 17:00-18:00									
18:00	Langhantel 18:00-19:00	Faszien Pilates 17:00-18:00	Tabata 18:00-19:00	Yoga 18:00-19:00	Langhantel Core 18:00-19:00		Spinning 18:00-19:00	Fighting Fit 18:00-19:00						
19:00	Zumba 19:00-20:00	TRX 19:15-20:15	Spinning / Dietmar 19:15-20:15	Rücken 3D Express 19:00-19:30	Stretch & mobiltiy 19:15-20:00		Zumba 19:15-20:15	HIIT 19:15-20:15						
20:00				Full Body Workout 19:30-20:30										

Erläuterung

- Kurs findet wie gewohnt statt
- wird vertreten von
- Kurs eintfällt
- Special
- Anmeldung nötig

* findet am Octagon auf der Fläche statt