

Mo	Di	Mi	Do	Fr	
	9.00 - 10.00 Senioren-Gymnastik				
			10.20 - 11.00 Aqua-Gymnastik nur Frauen	10.00 - 10.45 Aqua-Gymnastik	
	15.00 - 16.30 HATHA-Yoga		11.00-11.30 Aqua-Gymnastik	16.00 - 17.30 HATHA-Yoga	
17.30 - 18.30 Gymnastik *	17.00 - 18.00 Gymnastik *	17.00 - 18.00 Gymnastik *	17.00 - 18.00 Rücken-Gymnastik		
	18.00 - 19.30 HATHA-Yoga	18.00 - 19.00 Nordic-Walking		18.00 - 19.00 Gymnastik *	
19.00 - 19.45 Aqua-Gymnastik	19.45 - 21.15 HATHA-Yoga	19.00 - 19.45 Aqua-Gymnastik			
20.00 - 20.45 Aqua-Gymnastik					

Gymnastik * = Rückengymnastik, Ballooning-Ball-Gymnastik, Staby-Gymnastik, Stepp-Aerobic etc.
Jeweils nach Absprache bzw. Wunsch der teilnehmenden Gruppe