



# Gruppenkurse



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

## KURSPLAN ON ZOOM

09:00 – 10:00

**Bodyshape**

09:00 – 10:15

**Vinyasa Yoga**

08:30 – 09:30

**Pilates /Reha**

08:30 – 09:30

**RückenFit**

10:00 – 11:00

**Yogilates**

10:30 – 11:30

**Zumba**

09:15 – 10:15

**RückenFit**

10:15 – 11:00

**Faszien & Relax**

18:00 – 19:00

**Rücken Workout**

18:30 – 19:30

**Deep Work**

Fit-4-Friends

ab 19.06.2023