Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30 Uhr Workout +Rückenfit (45 min)	9:30 Uhr Yoga (60 min)	9:30 Uhr WS-Gym (60 min)	9:30 Uhr Jumping® (45 min)	9:00 Uhr Flow (60 min)	10:00 Uhr WS-Gym (60 min)	10:00 Uhr Yoga (60 min)
10:15 Uhr Workout +Rückenfit (45 min)	10:30 Uhr Pilates (60 min)	10:30 Uhr BBP (60 min)	10:15 Uhr Rücken-Fit (45 min)	10:00 Uhr Pilates (60 min)	11:00 Uhr WS-Gym (60 min)	11:00 Uhr Core Training (30 min)
11:00 Uhr Reha-Sport* (45 min)		11:30 Uhr Reha-Sport* (45 min)			12:00 Uhr Jumping® (60 min)	11:30 Uhr Shape (60 min)
		15:45 Uhr Reha-Sport* (45 min)	15:45 Uhr Reha-Sport* (45 min)			12:30 Uhr Cycling (60 min)
		16:35 Uhr Reha-Sport* (45 min)	16:35 Uhr Reha-Sport* (45 min)			
		17:25 Uhr Bauch-Workout (35 min)				
18:00 Uhr WS-Gym (60 min)	17:30 Uhr Workout (60 min)	18:00 Uhr Yoga (60 min)	17:30 Uhr BBP (60 min)	17:00 Uhr Yoga (60 min)		
19:00 Uhr BBP (45 min)	18:30 Uhr STEP& STYLE (60 min)	19:00 Uhr Pilates (60 min)	18:30 Uhr Full Body Workout (60 min)	18:05 Uhr Relax (20 min)		
19:45 Uhr Reha-Sport* (45 mi	19:30 Uhr WS-Gym (60 min)		19:30 Uhr Cycling	18:30 Uhr Shape (60 min)		

* nur mit gültiger Reha-Sport Verordnung
! zwischen den Kursen wird mind. 5 min gelüftet !