

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 9:30		08:00 – 09:00 Uhr Pilates Ltg. Tina Winderl		09:00 – 10:00 Uhr Early Bird Ltg. Elisabeth Eder	
09:30 10:15		09:00 – 09:45 Uhr Functional Training – Advanced Ltg. Tobias Prießnitz			
10:15 11:00		10:00 – 11:00 Uhr Functional Training – Workout Ltg. Tobias Prießnitz			
11:00 11:45				11:55 – 12:55 Uhr Stabilisations-Training Ltg. Tobias Pylypiw	
11:45 12:00					
12:15 13:15	12:00 – 13:15 Uhr Vom Training zur Entspannung Ltg. Tobias Pylypiw		13:00 – 14:30 Uhr Moderner Tanz Ltg. Sabine Schmalzer		
13:15 14:00				13:00 – 14:30 Uhr Yoga Ltg. Walter Mayer	
14:00 14:45	14:00 – 15:00 Uhr Beweglichkeitstraining Ltg. Elisabeth Eder				
14:45 16:30				14:45 – 16:15 Uhr Yoga Ltg. Walter Mayer	