

Kursplan

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|--|--|--|---|
| 10:00 – 10:45 Uhr Bauch-Beine-Po Kursraum 1 | 10:45 – 11:30 Uhr Pilates Kursraum 1 |  | | |
| 10:15 – 11:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbaden <small>ab 05.05.2025</small> | 10:30 – 11:15 Uhr Wassergymnastik Spaßbad <small>ab 20.05.2025</small> | |  | 11:30 – 12:15 Uhr Aqua-Fitness Sportbad |
| 11:15 – 12:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbaden <small>ab 05.05.2025</small> |  | 17:00 – 17:45 Uhr Liebscher & Bracht Kursraum 1 | |  |
| 12:30 – 13:15 Uhr Aqua-Fitness Sportbad | | 18:00 – 18:45 Uhr Liebscher & Bracht Kursraum 1 | 18:00 – 18:45 Uhr Yoga Kursraum 1 <small>ab 08.05.2025</small> | |
| 18:00 – 18:45 Uhr Pilates Kursraum 1 | 19:15 – 20:00 Uhr Aqua-Fitness Lehrschwimmbaden | 19:00 – 19:45 Uhr Functional Fitness Kursraum 1 | 19:00 – 19:45 Uhr Indoor-Cycling Badmintonhalle <small>ab 08.05.2025</small> | |

Information