

Montag	Dienstag		Donnerstag		Freitag	Sonntag
	10:00 – 11:30					
	Fit mit jedem Schritt Start: 15.09.2026					
14:30 – 16:00						16:00 – 17:15
Standhaft und sicher ins Alter Start: 21.09.2026						
17:00 – 18:00	17:00 – 18:00	XCO Shape Start: 22.09.2026				Tanzkurs Standard Start: 27.09.2026
Wirbelsäulengymnastik Start: 21.09.2026	Happy Fit Start: 22.09.2026	17:45 – 18:45				17:45 – 18:45
18:00 – 19:00			Happy Fit für Mollige Start: 24.09.2026			
Wirbelsäulengymnastik Start: 21.09.2026						
			19:00 – 20:00	18.45 – 20:00	19:00 – 20:30	
19:15 – 20:15			Pilates für Fortgeschrittene Start: 01.10.2026	Ganzkörperkräftigung Start: 24.09.2026	Präventionsgymnastik für Männer Start: 25.09.2026	
Präventionsgymnastik für Frauen Start: 21.09.2026						
20:00 – 21:00						
Linedance-Kurs für Anfänger Start: 21.09.2026						