

# Halle 4, Sommerhalbjahr (01.04.2010-30.09.2010)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
7:00							
7:30							
8:00							
8:30							
9:00							
9:30							
10:00		Gesundheit		Gesundheit			
10:30	WS-Fitness	Sport & Bewegung	Bauch-Beine-Po	Sport & Bewegung	Fitness-Mix	Power-Workout	
11:00	10.15-11.15	bei Neuro-Handicaps	10.15-11.15	bei Neuro-Handicaps	10.30-11.30	10.30-11.30	
11:30		10.00-11.00/11.00-12.00		10.00-11.00/11.00-12.00			
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00			HipHop (9-11)				
15:30			15.00-16.00				
16:00			VideoClip-Tanz (6-8)				
16:30		Rückenschule DHU	16.00-17.00				
17:00		16.15-17.15		Fitness-Mix			
17:30		Gesundheit / Qi Gong		17.15-18.15			
18:00		17.30-18.30	Rückenschule				
18:30	Step		18.00-19.00	Pilates	Fat-Burn		
19:00	18.45-19.45	Kombistunde	Beckenboden-Gym.	18.30-19.30	18.30-19.30		
19:30	Rücken-Power	WS-Fitness / BBP	19.15-20.15	Pilates	WS-Fitness		
20:00	19.45-21.15	19.00-20.30		19.30-20.15	19.30-20.30		
20:30				Frauen-			
21:00				Selbstbehauptung			
21:30				20.30-21.45			
22:00							