

Kursplan Trockengymnastik

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00		30 Min.		30 Min.	
08:30					
09:00	30 Min.	30 Min.	50 Min.	30 Min.	50 Min.
09:30					
10:00	50 Min.	30 Min.	30 Min.	50 Min.	30 Min.
10:30					
11:00	30 Min.	30 Min.	30 Min. Hocker	30 Min. Hocker	30 Min.
11:30					
12:00	30 Min.	30 Min. Hocker		30 Min.	
12:30					
13:00					
13:30					
14:00					
14:30					
15:00	30 Min.			30 Min.	
15:30					
16:00	30 Min.	30 Min.	30 Min.		
16:30					
17:00	50 Min.	30 Min.	30 Min.	30 Min.	
17:30					
18:00	30 Min.	50 Min.	50 Min.	50 Min.	
18:30					
19:00		Yoga	50 Min.		
19:30					