

# Aerobic & Gymnastik

## Stundenplan ab 09.01.2012

---

### Montag

18.30 – 19.25	Rückengymnastik	Priska Tita
19.30 – 20.25	Zumba Toning	Priska Tita

### Dienstag

18.00 – 18.55	Pilates	Daniela Müller
19.00 – 20.00	Pilates	Daniela Müller

### Mittwoch

08.10 – 09.05	Power Yoga	Simona Molinari
09.15 – 10.10	Low Impact Aerobic	Bea Falk
10.15 – 11.10	Physio – Fit Rücken	Bea Falk

### Donnerstag

18.15 – 19.10	Pilates	Astrid Schmetzer
19.15 – 20.10	Zumba ab 19.01.2012	Astrid Schmetzer

### Freitag

08.30 – 09.25	Vital – Training	Bea Falk
09.30 – 10.25	Physio – Fit	Bea Falk

### Samstag

09.00-10.00	Pilates	Daniela Müller
-------------	---------	----------------

(Änderungen vorbehalten)