

MO**DI****MI****DO****FR****SA****SO**

8.30 75 min
**WIRBELSÄULEN
 GYM + STRECHING**
 Monika E-F

9.00 90 min
CHI-BALL
 Monika E-F

10.30 90 min
FIT ÜBER 50
 Henry E-F

10.00 75 min
**WIRBELSÄULEN
 GYM + STRECHING**
 Monika E-F

10.30
**WIRBELSÄULEN
 GYMNASTIK**
 Henry E-F

10.30 75 min
**POWER
 WORKOUT**
 Katja M

11.30 30 min
STRETCHING
 Henry E-F

11.45 30 min
**SPECIAL BAUCH
 +STRECHING**
 Katja E-F

16.00
**WIRBELSÄULEN
 GYMNASTIK**
 Silvio E-F

17.00
AEROBIC
 Silvio E-M

17.00 90 min
PILATES-YOGA
 Alex E-F

18.00
THAI BO
 Sandra E-M

18.00 90 min
PILATES
 Catharina E-F

18.30
**POWER BARS
 CROSSING**
 Veit E-F

18.00
STEP AEROBIC
 Frank M-F

18.00
POWER BARS
 Sandra E-F

19.00
WORKOUT
 Sandra E-F

19.00
SALSA AEROBIC
 Catharina E-F

19.30 30 min
SPECIAL BAUCH
 Veit E-F

19.00 **NEU**
YOGA
 Monika 90 min
 E-F

19.00 30 min
**SPECIAL BAUCH
 STRETCHING**
 Sandra E-F

20.00
STEP AEROBIC
 Sandra E-M

20.00 30 min
SPECIAL BAUCH
 Catharina E-F

20.00
**WIRBELSÄULEN
 GYMNASTIK**
 Veit E-F



4 22 98 35

MSC III

Lützner Str. 195
 04209 Leipzig