

Fitnesskurse und Aufgüsse 14.05.-20.05.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Good Morning Yoga 10:30-11:00Uhr Dori	Nordic Walking 14:30-15:30Uhr Wiwi	Wanderung Vogel-Hütt 10:00 Uhr-14:00 Uhr Dori	CrossTraining 15:00 Uhr-16:00 Uhr Dori	AquaFit im Außenbecken 13:30 Uhr-14:00 Uhr Dori	TRX Training 13:30 Uhr-14:15 Uhr Dori	AquaFit im Außenbecken 13:30 Uhr -14:00 Uhr Dori
Krafttraining Schulter-Bizeps-Rücken 12:30 Uhr-13:15 Uhr Dori	Schwangerschaftsgymnastik 15:00 Uhr-15:45 Uhr Dori	AquaFit im Außenbecken 13:30 Uhr-14:00 Uhr Dori	Zarte Haut: Peeling Meersalz 16:15 Uhr Dampfbad Dori	HIIT 15:00 Uhr-15:45 Uhr Dori	Relax Yoga 15:00 Uhr-15:45 Uhr Dori	Straffe Beine & Po 15:00 Uhr -15:45 Uhr Dori
Starker Rücken 13:30-14:00Uhr Dori	Zarte Haut: Peeling Meersalz 16:00 Uhr Dampfbad Dori	Staffe Beine & Po 15:00-15:45Uhr Dori	Sixpack Workout 16:30 Uhr-17:00 Uhr Dori	Zarte Haut: Joghurtcreme 16:00 Uhr Dampfbad Wiwi	Zarte Haut: Peeling Heilpflanzl 16:00 Uhr Dampfbad Dori	Zarte Haut: Vinocreme 16:00 Uhr Dampfbad Dori
Functional Training 14:00 Uhr-15:00 Uhr Wiwi	Tabata Cardio 16:30 Uhr-17:00 Uhr Wiwi	Zarte Haut: Vinocreme 16:00 Uhr Dampfbad Dori	Gletscheraufguss 18:00 Uhr Stubensauna Dori	CrossTraining 16:00 Uhr-17:00 Uhr Dori	Tabata 16:30 Uhr-17:00 Uhr Dori	CrossTraining 16:30 Uhr-17:15 Uhr Dori
Zarte Haut: Honig-Eis Creme 15:30 Uhr Dampfbad Wiwi	Zarte Haut: Joghurtcreme 17:15 Uhr Dampfbad Wiwi	Crosstraining 16:30 Uhr-17:30 Uhr Dori		Gletscheraufguss 18:00 Uhr Stubensauna Dori	Gletscheraufguss 18:00 Uhr Dori	Gletscheraufguss 18:00 Uhr Stubensauna Dori
Tabata Bauch-Beine-Po 16:00 Uhr-16:45 Uhr Wiwi	Aufguss Relax 18:00 Uhr Stubensauna Wiwi	Gletscheraufguss 18:00 Uhr Stubensauna Dori				
Aufguss Durchatmen 17:00 Uhr Stubensauna Wiwi						

Änderungen vorbehalten.

