



# Groupfitness

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
Yoga 9:15 - 10:25 Marie	Rückenfit 9:15 - 10:15 Renate	Haltung & Bewegung 9:15 - 10:15 Thekla	Pilates 9:30 - 10:45 Marketa	Zumba 09:15 - 10:15 Isabella	
				Zumba Gold 10:30 - 11:30 Isabella	Groupfitness ab 10:30 lass dich überraschen
Sturzprophylaxe 14:00 - 15:00 Wolfgang	Mobility & Stability 13:15 - 14:00 Renate	Rehasport 13:15 - 14:00 Renate	Sturzprophylaxe 14:00 - 15:00 Wolfgang		
		Rehasport 16:45 - 17:30 Renate	Reha für alle 15:15 - 16:00 Renate	Functional 16:45 - 17:30 Caroline	
Pilates 17:10 - 18:25 Marketa	Zumba Gold 18:00 - 19:00 Isabella		Yin Yoga 17:30 - 18:45 Marie	Pilates 17:30 - 18:15 Caroline	
Burn`n Tone 18:35 - 19:35 Caroline	Zumba 19:00 - 20:00 Isabella	Power Yoga 19:00 - 20:15 Marketa			geschlossene Gruppe sanft mittel intensiv

**ab 2024 in Seefeld**