

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30-09:30 Walking am Morgen , S2				* 08:45-09:45 Wirbelsäulengymnastik , S2
09:00-10:00 Fit & More , S2	09:00-10:00 Oldie Yoga , S2G	09:30-10:30 Turnzwerge (ab 1J.) , S2	09:30-10:30 Turnzwerge (ab 1 J.) , S2	
10:00-10:30 Morgengymnastik , OeFit 10:15-11:15 Gymnastik D/H 60+ , S2	10:00-12:00 Parkinson Tischtennis , S2/S2G	10:00-10:30 Morgengymnastik , OeFit * 10:00-11:00 Spinning Low , F		10:00-10:30 Morgengymnastik , OeFit 10:00-12:00 Parkinson Tischtennis , S2G
14:00-15:00 5 Esslinger , Schulhof				
15:00-16:00 Leichtathletik (Kl. 1&2) , TuF	15:30-16:30 Geräteturnen (Kl. 3&4) , TuF	15:00-16:00 Vorschulturnen (ab 4J.) , S1 15:00 - 16:00 Geräteturnen (1&2 Kl.) , TuF	15:00-16:00 Maxi Kids (1&2 Kl.) , TuF	* 15:00-15:45 Gorillas Kurs 1 (4-6J.) , TuF 15:00 - 16:00 Rope Skipping , S2
16:00-17:00 Leichtathletik (Kl. 3&4) , TuF 16:00-17:00 Stuhlgymnastik , TuFG 16:00-17:00 El-Ki-Turnen (ab 2J.) , S2	* 16:00-17:00 Kinderdisco Kurs 1 (4-6 J.) , S2G 16:30-17:30 Geräteturnen (ab Kl. 5) , TuF	16:00-17:00 El-Ki-Turnen (ab 2J.) , S1	16:00-17:00 Maxi Kids (3&4 Kl.) , TuF 16:15-17:00 Mini Kids (3-4J.) , S2	* 16:00-17:00 Gorillas Kurs 2 (6-10J.) , TuF
17:45-18:45 Fitness Flexibility , TuF			* 17:30-18:30 Teenage Bootcamp (13-19) , Dächle 17:45-18:45 Surprise , S2G	
* 18:30-19:30 Spinning , F	* 18:00-19:00 Pilates , TuFG 18:30-20:00 Power Fitness , S2G		* 18:45-19:45 Pump & More , S2	
19:00-20:00 Fitness für Frauen , TuF 19:00-20:00 Young Power & fun , (ab 18), S2G * 19:00-20:00 Hatha Yoga Anfänger , TuFG	19:00-20:00 Ganzkörper INTENSIV , OeFit/OeArena * 19:30-20:30 Spinning HIIT , F	19:00-20:00 Ganzkörper-Fitness , TuF	* 19:00-20:00 Spinning , F	19:00-20:00 Stretching , S2G
20:00-21:00 * Yinlates , TuF * 20:15-21:15 Moving Men , S2G	* 20:00-21:00 Functional Power Indoor , TuF		* 20:00-21:00 Functional Power Outdoor , Dächle * 20:00-21:00 Hatha Yoga Fortgeschritten , TuFG	

*Diese Kurse sind für alle Teilnehmer kostenpflichtig! Bei näheren Informationen wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle.

Sonntag

* 10:00-11:00
Spinning, F