

	Montag		Dienstag			Mittwoch			
	Extern/Online	1 OG	2 OG	Extern/Online	1 OG	2 OG	Extern/Online	1 OG	2 OG
	Pilates ONLINE/LIVE 09:00 - 10:00				Prävention 09:30 - 10:30			Eltern-Kind 09:30 - 10:30	
	Qigong Entspannungsraum 10:30 - 11:30	Yoga 10:00 - 11:30		Eltern-Kind 10:30 - 11:30		Reha Ortho 10:00 - 10:45			Qigong 10:00 - 11:15
			Reha Ortho 11:00 - 11:45		Reha Ortho 11:00 - 11:45				Reha Hocker 11:30 - 12:15
		Indoor Cycling 11:40 - 12:40							
			Pilates ONLINE/LIVE 16:00 - 17:00	HipHop 16:00 - 17:00	Reha Ortho 16:00 - 16:45	Reha Ortho 16:00 - 16:45	Lebenshilfe 16:15 - 17:00	Reha Ortho 16:00 - 16:45	
Kinderyoga Leverkuser Str. 17:00 - 18:00	Prävention 17:00 - 18:00	Yoga 16:30 - 18:00	Flying Pilates Entspannungsraum 17:00 - 18:00	HipHop 17:00 - 18:00	Reha Kids 16:50 - 17:35	Reha Kids 16:50 - 17:35	Gelenke in Bewegung 17:00 - 18:00	Feldenkrais 17:00 - 18:00	
Zumba Rögy Neubau 17:30 - 18:30	Bodystyle 18:00 - 19:00	Dance Aerobic & Bodystyle 18:00 - 19:30		Qigong 18:10 - 19:25		Yoga 17:55 - 19:25	FBI 18:00 - 19:00	Jumping 18:00 - 19:00	
Pilates Rögy Neubau 18:30 - 19:30	Strong Nation 19:00 - 20:00						Reha Ortho Hilda-Heinemann 18:45 - 19:30	Pound 19:00 - 20:00	
	Reha Ortho 20:00 - 20:45	Jumping 19:30 - 20:30					Kundalini-Yoga Rögy Altbau 19:00 - 20:30	Indoor Cycling 19:00 - 20:30	Jumping 20:00 - 21:00

Fitness und Power

Gesundheit & Entspannung

Rehasport

Tanz

Kinder/Jugend

Kursplan Fitness, Gesundheit u. Entspannung

Kursplan Fitness, Gesundheit u. Entspannung

Donnertag

Freitag

Wochenende + Wasser

Outdoor/Online	1 OG	2 OG	Outdoor/Online	1 OG	2 OG	SAMSTAG	SONNTAG	WASSER
Pilates ONLINE/LIVE 09:00 - 10:00	Eltern-Kind 09:45 - 10:45	Prävention 09:00 - 10:00		Reha Ortho 09:00 - 09:45				Reha Wasser H2O Mo: 18:00 - 18:45
		Reha Ortho 11:00 - 11:45		Reha Ortho 09:45 - 10:30	Bodystyle 10:00 - 11:00	Yin-Yoga ONLINE/LIVE 10:00 - 11:30		Reha Wasser H2O Di: 15:00 - 15:45
					Reha Neuro 11:00 - 11:45	Jump4it 10:00 - 11:00		Reha Wasser H2O Di: 18:00 - 18:45
				Yoga 15:30 - 17:00		Kindergeburtstag 11:00 - 14:00	Kindergeburtstag 11:00 - 14:00	Reha Wasser H2O Di: 19:00 - 19:45
					Bouncing Kids 17:00 - 18:00			Reha Wasser H2O Di: 20:00 - 20:45
	Yoga ONLINE/LIVE 17:55 - 18:55	Fatburner+Step 17:30 - 18:30			Jumping 18:00 - 19:00	Kindergeburtstag 15:00 - 18:00	Kindergeburtstag 15:00 - 18:00	Reha Wasser Sportbad Mi: 21:00 - 21:45
	Zumba 19:05 - 20:05	Pilates 18:30 - 19:30		Indoor Cycling 18:35 - 19:35				Reha Wasser Sportbad Sa: 09:15 - 10:00
Aerial-Yoga Entspannungsraum 19:00 - 20:00		Fatburner 19:30 - 21:00						Reha Wasser Sportbad Sa: 10:15 - 11:00

Fitness und Power

Gesundheit & Entspannung

Rehasport

Tanz

Kinder/Jugend