

Corona - Plan Gesundheitszentrum TuSfit																	
Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag		
Halle 1	Halle 2	WS PALTZ	Halle 1	Halle 2	WS PALTZ	Halle 1	Halle 2	WS PALTZ	Halle 1	Halle 2	WS PALTZ	Halle 1	Halle 2	WS PALTZ	Halle 1	Halle 2	WS PALTZ
	08:00 - 08:45 Reha SM Allgemein			08:00 - 08:45 Qi-Gong Beate													
	09:00 - 09:45 Workout Britta C	09:30 - 10:15 SPINNING Sabrina	09:30 - 10:15 Fit-Mix Britta	09:00 - 09:45 Fit Alltag Beate			09:00 - 09:45 Workout Eva	09:30 - 10:15 SPINNING Anita	09:30 - 11:00 Workout Cordula	09:00 - 09:45 HKF-Aktiv Martina		09:30 - 10:15 Yoga Britta C		09:00 - 09:45 JUMPFIT Simone			
10:00 - 10:45 Yoga Britta C	10:30 - 11:15 RückenFit Beate			10:00 - 10:45 Stretching Sabrina			10:00 - 10:45 RückenFit Eva			10:00 - 10:45 WS-Gym Martina			10:00 - 10:45 BBP Simone		10:30 - 12:00 Kick-Box Steffi		11:00 - 11:45 JUMPFIT Simona
11:30 - 12:15 Halt & Bew Sabrina	12:00 - 12:45 Reha BC Orthopädisch						11:00 - 11:45 Arthrose Britta S			11:30 - 12:15 Reha AW Orthopädisch		11:30 - 12:15 Reha BS Allgemin	11:00 - 11:45 WS-Gym Heike			12:00 - 12:45 Step Gaby/Co/Si	
						12:30 - 13:15 Reha SM Orthopädisch	12:00 - 12:45 Arthrose Britta S			12:30 - 13:15 Reha AW Orthopädisch		12:30 - 13:15 Reha BS Allgemin	12:00 - 12:45 Pilates Heike			13:00 - 13:45 CoreFit Gaby/Co/Si	
						15:00 - 15:30 tänz Früh 3/4 Esther				15:00 - 15:45 Reha SM Allgemein		15:30 - 16:15 Dl's Dance Kids				14:00 - 14:45 Zumba Elena	
						15:45 - 16:15 tänz Früh 3/4 Tina			16:00 - 16:45 DaMo 1 Jette	16:30 - 17:15 BoBaki Heike		16:30 - 17:15 Dl's Dance ab 11 J			Sonntag		
	17:00 - 17:45 Yoga Alex	17:30 - 18:15 SPINNING Sabrina	17:30 - 18:15 Yoga Carla	17:00 - 17:45 Reha SA Allgemein		16:30 - 17:15 tänz Früh 5/6 Tina	17:00 - 17:45 Yoga Carla		17:00 - 17:45 DaMo 2 Jette	17:30 - 18:15 Pilates Heike		17:30 - 18:15 Dl's Dance ab 14 J	17:00 - 17:45 Yoga Annette				
	18:00 - 18:45 Lift Alex		18:30 - 19:15 RückenFit Anita	18:00 - 18:45 Reha SA Orthopädisch	18:00 - 18:45 JUMPFIT Brigitte	17:30 - 18:15 Reha BC Orthopädisch	18:00 - 18:45 Functional Tanja		18:00 - 18:45 DaMo 3 Jette		18:30 - 19:15 SPINNING Anita	18:30 - 19:15 Dl's Dance ab 16 J	18:00 - 18:45 Workout Alex/Heike		10:30 - 11:45 Workout Bri / Nat	10:00 - 10:45 SPINNING Sabrina	
19:00 - 19:45 Step Simona	19:30 - 20:15 RückenFit Heike			19:00 - 19:45 Dl's Dance ab 16 J	19:30 - 20:15 SPINNING Anita	18:30 - 19:15 RückenFit Beate	19:00 - 19:45 Workout Shahki			19:00 - 19:45 BodyStyle Brigitte			19:00 - 19:45 Zumba Nelys			12:00 - 12:45 JUMPFIT Brig / Sim	
20:00 - 20:45 Workout Simona				20:00 - 20:45 Dl's Dance ab 16 J			20:00 - 20:45 Yoga Annette			20:00 - 20:45 Workout Tatjana	20:00 - 20:45 JUMPFIT Brigitte						

Corona - Plan im Drupnaspark					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00 - 10:00 Qi-Gong Beate	09:00 - 10:00 Pilates Heike	09:00 - 10:00 Stretching Sabrina	09:00 - 10:00 RückenFit Heike	09:00 - 10:00 Yoga Annette	09:00 - 10:00 Kraft&Stabi Beate / Sab

Kommt bitte kurz vor der Einheit und bereits in Sportbekleidung (inkl. Sportschuhe)

Betreten des Gesundheitszentrums ist nur mit Mundschutz und unter Einhaltung des Mindestabstandes und der Hygieneregeln erlaubt.

(Umkleiden / Duschen / Sauna sind geschlossen!)

WS PALTZ	Willi-Schellscheidt-Platz Vorplatz am TuSfit
----------	---