

Übersicht Fitnesskurse RSG

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	Kursraum 1 und 2			
09:00-10:00	Spinning	Yoga & Pilates	Pilates (Ältere)	Pilates
10:00-11:00	Fitnesskurse (über Kurskarten, 10'er Karte 45€, 20'er Karte 80€)	Pilates	Kostenlose Kinderbetreuung, Mo-Do von 08:30-11:30 Uhr. (Nicht i.d. Sommerferien)	
17:00-18:00		Pilates	Spinning und Langhanteltraining 10'er Karte 50 €	Fitness pur
18:00-19:00	Fitness pur		Spinning	
19:00-20:00	Spinning	Langhantel	Fitness pur	Pilates
Keine Fitnesskurse in den Sommerferien!!				