

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>		<b>12.30 – 13.30 Uhr</b>  <b>Yoga in der Mittagspause</b>  Kerstin Thalkofer  ab 23.09.2025	<b>12.30 – 13.30 Uhr</b>  <b>Workout für die Mittagspause</b>  Nadine Stang  ab 24.09.2025	<b>12.00 – 13.00 Uhr</b>  <b>Pilates</b>  Claudia Bechmann  ab 25.09.2025	<b>12.30 – 13.30 Uhr</b>  <b>All in one – Aktiv ins Wochenende</b>  Nadine Stang  ab 26.09.2025
<b>Nachmittag / Abend</b>	<b>16.30 – 17.30 Uhr</b>  <b>Ganzkörper- training</b>  Hajnalka Tóth  ab 22.09.2025	<b>17.30 – 18.30 Uhr</b>  <b>Power-Pilates</b>  Hajnalka Tóth  ab 23.09.2025	<b>16.30 – 17.30 Uhr</b>  <b>HIIT – Hochintensives Intervalltraining</b>  Yvonne Heinz  ab 24.09.2025	<b>16.30 – 17.30 Uhr</b>  <b>Mit Yoga in den Feierabend</b>  Kerstin Thalkofer  ab 25.09.2025	