

	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	