



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00							
10:00		LESMILLS BODYBALANCE 9:30 - 10:25 	RÜCKBILDUNG 9:30 - 11:15 6 Termine ab dem 07.10.26 Hebammenzentrum Westerburg	LESMILLS BODYPUMP 9:30 - 10:25 	RÜCKBILDUNG 9:30 - 11:15 6 Termine ab dem 13.11.26 Hebammenzentrum Westerburg		RÜCKENFIT & FASZIEN 9:30 - 10:25
11:00							
12:00							
17:00			BECKENBODEN 16:30 - 17:55 8 Termine ab dem 07.10.26 Hebammenzentrum Westerburg				
18:00	LESMILLS BODYPUMP 18:00 - 18:55 	MOVE & DANCE 17:30 - 18:25	LESMILLS BODYBALANCE 18:00 - 18:55 	RÜCKENFIT & FASZIEN 18:00 - 18:55	LESMILLS YOGA 18:00 - 18:55 		
19:00	BODYSHAPING 19:00 - 19:55 AB 26.10.2026	LESMILLS BODYJAM 18:00-18:55 AB 03.11.2026	LESMILLS BODYPUMP 19:00 - 19:55 				
20:00	INDOOR CYCLING 19:00 - 19:55 		INDOOR CYCLING 19:00 - 19:55 				
21:00							