KURSPLAN TOPvital 2020 (MG = Mitgliederkurse; Reha = Rehasport)

	Montag		Dientstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
08:00-08:30		**Reha Orthopädie** Henrieta		**Reha Orthopädie** Henrieta						**Reha Orthopädie** Sibel		
08:30-09:00												
09:00-09:30	**Reha Orthopädie** Sibel	**Reha Orthopädie** Henrieta		**Reha Orthopädie** Henrieta		**MG Stretch & Relax** Maria		**Reha Lungensport** Henrieta	**Reha Orthopädie (Hocker)** Lezel	**Reha Orthopädie** Sibel		
09:30-10:00											**MG Burning HIIT** Henrieta	
10:00-10:30	**Reha Orthopädie** Sibel	**Reha Orthopädie** Henrieta				**MG Pilates** Maria		**Reha Orthopädie** Henrieta	**Reha Orthopädie** Lezel	**Reha Orthopädie (Hocker)** Sibel		
10:30-11:00												**MG Bauch Beine Po** Vanessa
11:00-11:30												
11:30-12:00												
12:00-12:30												
12:30-13:00												
13:00-13:30												
13:30-14:00												
14:00-14:30												
14:30-15:00												
15:00-15:30												
15:30-16:00												
16:00-16:30	**Reha Orthopädie** Sibel					**Reha Lungensport** Henrieta						
16:30-17:00												
17:00-17:30	**Reha Orthopädie** Sibel	**Reha Orthopädie** Henrieta		**Reha Orthopädie** Henrieta	**Reha Orthopädie** Lezel	**Reha Orthopädie** Henrieta		**Reha Orthopädie** Henrieta				
17:30-18:00										**MG Yoga** Silvia		
18:00-18:30	**MG Starker Rücken** Sibel	**Reha Lungensport** Henrieta		**Reha Orthopädie** Henrieta	**Reha Orthopädie** Lezel	**MG Aerobic** Henrieta	**Reha Orthopädie** Lezel	**Reha Orthopädie** Henrieta	**MG Indoor Cycling** Jacqueline			
18:30-19:00												
19:00-19:30	**MG LIIT** Maria	**Reha Lungensport** Henrieta	**MG Easy Cycling** Jacqueline		**Reha Orthopädie** Lezel		**MG Trampolin Intervall** Henrieta	**MG Pilates** Maria				
19:30-20:00			**MG Indoor Cycling** Jacqueline	**MG BMW** Henrieta								
20:00-20:30												
20:30-21:00												