

Kurs-Belegungsplan Fitness-Relax-Becken 16.01.-05.02.2023

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7:00					
7:15					
7:30					
7:45					
8:00					
8:15					
8:30					
8:45					
9:00					
9:15					
9:30					
9:45					
10:00					
10:15			Aqua-Fitness		
10:30			Bewegungsfreiheit		
10:45					
11:00					
11:15					Aqua-Fitness
11:30					Bewegungsfreiheit
11:45					
12:00					
12:15					Schwangeren-
12:30					Schwimmen
12:45					
13:00					
13:15					
13:30					
13:45					
14:00					
14:15		Aqua-Fitness			
14:30		Bewegungsfreiheit			
14:45					
15:00	Schwimmkurs	Schwimmkurs	Schwimmkurs		
15:15	espada	espada	espada		
15:30					
15:45					
16:00	Schwimmkurs	Schwimmkurs	Schwimmkurs		
16:15	espada	espada	espada		
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					
17:30					
17:45					
18:00	Aqua BBP	Aqua Tabata	Aqua-Fitness		
18:15	bei Carola Hartung	bei Heike Schreier	Bewegungsfreiheit		
18:30					
18:45					
19:00	Aqua Step	Aqua Power	Aqua Step	D L R G	
19:15	bei Carola Hartung	bei Heike Schreier	bei Carola Hartung		
19:30					
19:45					
20:00					
20:15			Aqua BBP		
20:30			bei Carola Hartung		
20:45					
21:00					
21:15					
21:30					
21:45					
22:00					

Beckenzeit	Schwimmkurs espada
geschlossen	Aqua Kurs espada
Aqua Kurs BF	Schwangeren-
DLRG	schwimmen

