

# Group Fitness Day

	<b>kleiner Aerobicraum</b>	<b>großer Aerobicraum</b>	<b>Pilatesraum</b>
<b>12:00</b>	<b>Pilates (Tatjana)</b>	<b>HIIT The Beat® (Natalia)</b>	<b>Sling Training Einsteiger (Natalja)</b>
<b>13:00</b>	<b>Drums Alive (Maike)</b>	<b>M.A.X.® (Natalia)</b>	<b>Indoor Cycling (Anne)</b>
<b>14:00</b>	<b>Fatburner Step (Steffi)</b>	<b>KARDO® fight fit (Natalia)</b>	<b>Sling Training Sportler (Peter)</b>
<b>15:00</b>	<b>Langhantel und Mobility (Tatjana)</b>	<b>Bauch, Beine, Po, Rücken (Steffi)</b>	<b>Pilates meets Balance (Mara)</b>

Änderungen vorbehalten

Am **27. Januar 2024**  
von **12:00 – 16:00 Uhr**  
in der TSV Fitnesshalle

