

		<b>Kursplan ab</b> <span style="color: red; font-weight: normal;">NEU!</span>			<b>Jan 2026</b>	Anthrazit: Raum 1 Rot: Raum 2
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
<b>9.30 - 10.30</b>						
Rückenfit 9.2.						
			<b>10.30 - 11.30</b>		<b>10.00 - 11.00</b>	
			Longevity-Workout Funktionelles Training 12.2.		Jumping POWER 17.1.	
	<b>11.00 - 12.00</b>					
	Longevity-Workout Funktionelles Training 27.1.					
<b>12.00 - 13.00</b>					<b>11.30 - 12.30</b>	
Rückenfit 9.2.					Bungee Fitness	
<b>17.30 - 18.30</b>			<b>17.15 - 18.15</b>			
Special Bouncer 12.1.			Faszientraining 12.2.			
		<b>18.00 - 19.00</b>				
		Jumping BASIC 14.1.				
<b>18.45 - 19.45</b>	<b>18.45 - 19.45</b>					
Strong by Bouncing 12.1.	Functional Workout 27.1.	<b>19.15 - 20.15</b>				
		Jumping POWER 14.1.				
	<b>18.45 - 19.45</b>		<b>18.45 - 19.45</b>			
	Pilates 13.1.		Indoor Cycling 15.1.			
<b>20.00 - 21.00</b>	<b>20.00 - 21.00</b>		<b>20.00 - 21.00</b>			
Pilates 12.1.	Bungee Fitness		Bungee Fitness			
Beruf und Gesundheit e.V.	<a href="http://www.beruf-gesundheit.de">www.beruf-gesundheit.de</a>	<a href="mailto:info@beruf-gesundheit.de">info@beruf-gesundheit.de</a>				

