

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|--|--|--|--|--|---------|--|
| REHA-Wassergymnastik ● 09:30 Uhr - 10:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 08:30 Uhr - 09:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 09:30 Uhr - 10:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 08:30 Uhr - 09:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 09:00 Uhr - 09:45 Uhr | | Step-Mix ● 13:00 Uhr - 13:45 Uhr |
| Aqua-Fitness ● 10:30 Uhr - 11:30 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 09:30 Uhr - 10:15 Uhr | Aqua-Fitness ● 10:30 Uhr - 11:30 Uhr | Rücken-Fit ● 09:15 Uhr - 10:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 10:00 Uhr - 10:45 Uhr | | Problemzonen ● 13:45 Uhr - 14:30 Uhr |
| Qi-Gong ● 11:45 Uhr - 12:45 Uhr | Jumping-Fitness ● 09:30 Uhr - 10:15 Uhr | REHA Wirbelsäulengymnastik ● 10:30 Uhr - 11:15 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 09:30 Uhr - 10:15 Uhr | Aqua-Fitness ● 11:00 Uhr - 12:00 Uhr | | |
| REHA-Wassergymnastik ● 17:00 Uhr - 17:45 Uhr | Aqua-Fitness ● 10:30 Uhr - 11:30 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 17:00 Uhr - 17:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 10:30 Uhr - 11:15 Uhr | Zumba ● 17:45 Uhr - 18:30 Uhr | | |
| REHA-Wassergymnastik ● 18:00 Uhr - 18:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 17:10 Uhr - 17:55 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 18:00 Uhr - 18:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 17:00 Uhr - 17:45 Uhr | B.B.P ● 18:30 Uhr - 19:15 Uhr | | |
| B.B.P. Cardio ● 18:00 Uhr - 19:00 Uhr | Aqua-Fitness (Express) ● 18:00 Uhr - 18:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 19:00 Uhr - 19:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 18:00 Uhr - 18:45 Uhr | | | |
| REHA Wirbelsäulengymnastik ● 19:00 Uhr - 19:45 Uhr | Step Aerobic ● 18:00 Uhr - 19:00 Uhr | REHA Wirbelsäulengymnastik ● 19:00 Uhr - 19:45 Uhr | Aqua-Fitness ● 19:00 Uhr - 20:00 Uhr | | | |
| Fattkiller-Step ● 19:45 Uhr - 20:30 Uhr | Aqua-Power ● 18:45 Uhr - 19:45 Uhr | REHA-Wassergymnastik ● 20:00 Uhr - 20:45 Uhr | Jumping-Fitness ● 20:00 Uhr - 20:45 Uhr | | | |
| REHA-Wassergymnastik ● 20:00 Uhr - 20:45 Uhr | Jumping-Fitness ● 20:00 Uhr - 20:45 Uhr | | | | | |
| Body & Mind ● 20:30 Uhr - 21:15 Uhr | | | | | | |