

Belegungsplan: Gymnastikraum Schützenbahn (Mitteltrakt)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
7							
8							
9							09:00-10:00 354 Stabi-Training Fortgeschritten Kenan Gülpınarlı , Jens Eißmann
10	10:00-11:00 318 Pilates Tanja Endruscheit	10:30-12:00 432 Yoga - Vinyasa-Yoga AnfängerInnen Claudia Mau		10:00-11:30 431 Yoga - Kundalini-Yoga - NEU! AnfängerInnen Claudia Mau			
11	11:00-12:00 319 Pilates Tanja Endruscheit						11:30-13:00 396 Workout & Stretch Fatima Maria Jammal
12		12:15-13:45 433 Yoga - Vinyasa-Yoga AnfängerInnen Claudia Mau	12:30-14:00 771 Yoga für MitarbeiterInnen der Uni DUE Campus Essen Claudia Creutzburg	12:00-12:45 SB Körperbewußtsein am Arbeitsplatz			
13							
14					14:00-15:00 277 Hip Hop AnfängerInnen Natalie Hollweg		
15				15:00-16:00 235 Bodyworkout Fatima Maria Jammal	15:00-16:00 356 Street Jazz / Videoclip Dance Natalie Hollweg		
16				16:00-17:00 320 Pilates Fatima Maria Jammal			
17	16:30-18:00 770 Yoga für MitarbeiterInnen der Uni DUE Campus Essen Claudia Creutzburg	16:30-17:30 234 Bodyworkout Fatima Maria Jammal	16:30-18:00 441 Bollywood Freestyle Dance Aswin Dasari	17:00-18:15 349 Spinning® AnfängerInnen Jens Eißmann , Bernadette Kleist	17:30-18:45 351 Spinning® AnfängerInnen Kenan Gülpınarlı		
18	18:00-19:00 394 Wirbelsäulengymnastik NN	17:30-19:00 357 Stretching exercises Fatima Maria Jammal	18:00-19:00 355 Step-Aerobic Corina Deike	18:15-19:30 350 Spinning® Fortgeschrittene Jens Eißmann , Bernadette Kleist			
19	19:00-20:00 395 Wirbelsäulengymnastik NN	19:00-20:15 347 Spinning® AnfängerInnen Sebastian Seiler , Bernadette Kleist	19:00-20:00 233 Bodystyling Corina Deike	19:30-21:00 332 Reggaeton - NEU! AnfängerInnen Nicola Schmidt	19:00-20:15 352 Spinning® Fortgeschrittene Kenan Gülpınarlı		
20		20:15-21:30 348 Spinning® Fortgeschrittene Sebastian Seiler , Bernadette Kleist	20:00-21:00 288 Kick-Aerobic Corina Deike				
21			21:00-22:00 244 Dynamic Balance Corina Deike				