

Kursprogramm

ab 04.04.2018



Öffnungszeiten: Montag & Mittwoch 08:00 – 22:00 Uhr
 Dienstag & Donnerstag 08:30 – 12:00 & 15:00 – 22:00 Uhr
 Freitag 08:00 – 21:30 Uhr
 Samstag & Sonntag 09:00 – 18:00 Uhr
 Feiertag 09:00 – 15:00 Uhr

Kinderbetreuung: Montag und Freitag 08:45 – 12:00 Uhr
 Mittwoch 08:15 – 12:00 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		08:30 – 09:30 Easy Cycling				
09:00 – 10:00 Rückenfit	09:00 – 10:00 Vita Fit	09:30 – 10:30 Cardio-Dance		09:00 – 10:15 Pilates		09:30 – 10:45 Yoga
10:00 – 11:15 Yoga		10:30 – 11:30 Pilates		10:15 – 11:15 Body Styling		11:00 – 12:00 Bodyworkout
18:30 – 19:30 Bodyworkout	18:00 – 19:00 Rückenfit	18:30 – 19:30 Yoga I	18:00 – 19:00 Pilates	18:30 – 19:00 Bauch-Beine-Po „Intensiv“		
19:30 – 20:30 Cycling	19:00 - 20:00 LES MILLS BODYPUMP™		19:00 – 20:30 Cycling Long Distance	19:00 – 20:00 LES MILLS BODYPUMP™		
	20:00 - 20:30 Power Bauch	19:30 – 20:45 Yoga II				