

MONTAG

10:00	RückenFit	R1
11:00		
16:30	Pilates	R1
17:30		
17:45	Bauch pur	R1
18:00		
18:00	Body Forming	R1
18:45		
18:30	Go Functional	FI
19:30		
19:00	LesMills BODYCOMBAT	R1
20:00		
20:15	Jumping Fitness	R1
21:00		

DIENSTAG

09:30	Pilates	R1
10:15		
10:30	Stretch & Entspannung	R1
11:15		
18:00	LesMills BODYPUMP	R1
19:00		
19:00	Go Functional	FI
20:00		
19:15	Pilates	R1
20:00		
20:05	Faszientraining	R1
20:50		

MITTWOCH

09:30	Fitness Yoga	R1
10:15		
10:30	Go Functional Gold	FI
11:30		
18:15	RückenFit	R1
19:00		
19:05	Power Fit Yoga	R1
20:05		

DONNERSTAG

10:00	ZUMBA®	R1
11:00		
17:15	Yoga	R1
18:15		
18:30	ZUMBA®	R1
19:30		

FREITAG

09:00	Body Forming	R1
09:45		
16:00	Go Functional	FI
17:00		
16:20	LesMills BODYPUMP	R1
17:20		
17:45	Jumping Fitness	R1
18:45		

SAMSTAG

14:00	ZUMBA®	R1
15:00		

SONNTAG

10:15	Kurswechsel siehe APP	R1
11:15		
11:30	Body Forming	R1
12:30		
12:45	LesMills BODYPUMP	R1
13:45		

SPINNING

MONTAG

18:00	Spinning®	SP
19:00		
19:15	Spinning®	SP
20:15		

DIENSTAG

18:00	Spinning®	SP
19:00		

MITTWOCH

18:00	Spinning®	SP
19:00		

DONNERSTAG

18:15	Spinning®	SP
19:15		

FREITAG

10:00	Spinning® (1)	SP
11:00		
17:45	Spinning® (1)	SP
18:45		

SONNTAG

11:00	Spinning® (1)	SP
12:00		

R1 = Raum 1 | SP = Spinningraum | FI = Functionalfäche

(1) = jeden letzten Freitag im Monat 90 Min.

Notizen an wick!
DU MÖCHTEST EINEN
KURS BUCHEN?
Melde dich gerne direkt
über die APP an!