

Kursplan

gültig ab 15.01.2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09.00-10.00 Bauch-Beine-Po	09.00-10.00 LES MILLS BODYPUMP		09.30-10.30 Wirbelsäulengymnastik		10.00-11.00 LES MILLS BODYPUMP
	10.00-11.00 Wirbelsäulengymnastik	10.00-11.00 LES MILLS BODYBALANCE		10.30-11.30 LES MILLS BODYBALANCE		
17.00-18.00 LES MILLS BODYBALANCE						
18.00-19.00 Wirbelsäulengymnastik	18.00-19.00 Functional Fitness	18.00-19.00 LES MILLS BODYCOMBAT	18.00-19.00 Rücken Fit	18.00-19.00 LES MILLS BODYPUMP	Öffnungszeiten: Mo-Fr 08:30-22.00 Uhr Sa 10.50-17.00 Uhr So (Sommer) 9.00-14.00 Uhr So (Winter) 9.00-17.00 Uhr Sauna gemischt: Mo & Mi 13.00-21.30 Uhr Di 11.00-21.30 Uhr Do geschlossen Fr 11.00-21.30 Uhr Sa 13.00-16.00 Uhr So (Sommer) 11.00-13.50 Uhr So (Winter) 11.00-16.00 Uhr Sauna Damen: Di 16.00 - 21.30 Uhr	
19.00-20.00 LES MILLS BODYCOMBAT	19.00-20.00 Cycling (extra Raum)	19.00-20.00 LES MILLS BODYPUMP	19.00-20.00 Yoga	19.15-20.15 Zumba		
	19.00-20.00 Zumba					