

Kursplan

gültig ab 01.02.2023

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 Zirkeltraining (Trainingsfläche)	09.30-10.30 Wirbelsäulen- gymnastik		10.00-11.00 LES MILLS BODYPUMP																																														
	10.00-11.00 Wirbelsäulen- gymnastik	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 Wirbelsäulen- gymnastik	18.00-19.00 LES MILLS BODYCOMBAT	18.00-19.00 Rücken Fit	18.00-19.00 LES MILLS BODYPUMP	Öffnungszeiten: <table border="0"> <tr> <td>Mo-Fr</td><td>08:30-22.00 Uhr</td> <td>Mo & Mi</td><td>11.00-21.30 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Sa</td><td>10.50-17.00 Uhr</td> <td>Di</td><td>11.00-16.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>So (Sommer)</td><td>9.00-14.00 Uhr</td> <td>Do</td><td>14.00-21.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>So (Winter)</td><td>9.00-17.00 Uhr</td> <td>Fr</td><td>11.00-21.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td></td><td></td> <td>Sa</td><td>13.00-16.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Sommer: Juli & August</td><td></td> <td>So (Sommer)</td><td>11.00-13.50 Uhr</td> </tr> <tr> <td></td><td></td> <td>So (Winter)</td><td>11.00-16.00 Uhr</td> </tr> </table> Kinderbetreuung: <table border="0"> <tr> <td>Mittwoch</td><td>09:00-12.00 Uhr</td> </tr> </table> Sauna gemischt: <table border="0"> <tr> <td>Mo & Mi</td><td>11.00-21.30 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Di</td><td>11.00-16.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Do</td><td>14.00-21.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Fr</td><td>11.00-21.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>Sa</td><td>13.00-16.00 Uhr</td> </tr> <tr> <td>So (Sommer)</td><td>11.00-13.50 Uhr</td> </tr> <tr> <td>So (Winter)</td><td>11.00-16.00 Uhr</td> </tr> </table> Sauna Damen: <table border="0"> <tr> <td>Dienstag</td><td>16.00 - 21.30 Uhr</td> </tr> </table>		Mo-Fr	08:30-22.00 Uhr	Mo & Mi	11.00-21.30 Uhr	Sa	10.50-17.00 Uhr	Di	11.00-16.00 Uhr	So (Sommer)	9.00-14.00 Uhr	Do	14.00-21.00 Uhr	So (Winter)	9.00-17.00 Uhr	Fr	11.00-21.00 Uhr			Sa	13.00-16.00 Uhr	Sommer: Juli & August		So (Sommer)	11.00-13.50 Uhr			So (Winter)	11.00-16.00 Uhr	Mittwoch	09:00-12.00 Uhr	Mo & Mi	11.00-21.30 Uhr	Di	11.00-16.00 Uhr	Do	14.00-21.00 Uhr	Fr	11.00-21.00 Uhr	Sa	13.00-16.00 Uhr	So (Sommer)	11.00-13.50 Uhr	So (Winter)	11.00-16.00 Uhr	Dienstag	16.00 - 21.30 Uhr
Mo-Fr	08:30-22.00 Uhr	Mo & Mi	11.00-21.30 Uhr																																																	
Sa	10.50-17.00 Uhr	Di	11.00-16.00 Uhr																																																	
So (Sommer)	9.00-14.00 Uhr	Do	14.00-21.00 Uhr																																																	
So (Winter)	9.00-17.00 Uhr	Fr	11.00-21.00 Uhr																																																	
		Sa	13.00-16.00 Uhr																																																	
Sommer: Juli & August		So (Sommer)	11.00-13.50 Uhr																																																	
		So (Winter)	11.00-16.00 Uhr																																																	
Mittwoch	09:00-12.00 Uhr																																																			
Mo & Mi	11.00-21.30 Uhr																																																			
Di	11.00-16.00 Uhr																																																			
Do	14.00-21.00 Uhr																																																			
Fr	11.00-21.00 Uhr																																																			
Sa	13.00-16.00 Uhr																																																			
So (Sommer)	11.00-13.50 Uhr																																																			
So (Winter)	11.00-16.00 Uhr																																																			
Dienstag	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	20.00-20.45 Power Cycling																																																		