

Kursplan Winter 2023/2024 (ab dem 18.09.2023)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	8:30 – 9:25 Uhr Wirbelsäule Simone			8:00 – 8:55 Uhr Pilates Simone		
9:00 – 9:55 Uhr Functional Training Simone	9:30 – 10:25 Uhr Wirbelsäule Simone	9:00 – 9:55 Uhr Bodyworkout Kursleiter	9:00 – 9:55 Uhr Wirbelsäule Achim	9:00 – 9:55 Uhr Bodyworkout Simone	10:00 – 10:55 Uhr Power Dumbell Kursleiter	10:00 – 10:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter
10:00 – 10:30 Uhr Mobility Simone			10:00 – 10:55 Uhr Pilates Simone			
17:00 – 17:55 Uhr BBP Nadine	17:00 – 17:55 Uhr Yoga Jenny	17:00 – 17:55 Uhr Rücken Fit Jenny	17.30 – 18:25 Uhr Pilates Jenny	17:00 – 17:55 Uhr Indoor - Cycling Jenny		
18:00 – 18:55 Uhr Zumba Fitness Tami	18:00 – 18:55 Uhr Power Dumbell Nadine	18:00 – 18:55 Uhr Zumba Fitness Tami	18:30 – 19:25 Uhr Yoga Jenny	18:00 – 18:55 Uhr Strong Nation Tami		
19:00 – 19:55 Uhr Strong Nation Tami	19:00 – 19:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter	19:00 – 19:55 Uhr Indoor - Cycling Achim		19:00 – 19:55 Uhr Zumba Fitness Tami		

Unsere Öffnungszeiten:
Montag – Freitag
 6.00 – 22.30 Uhr
Samstag und Sonntag
 8.00 – 18.30 Uhr
Feiertags
 8.00 – 18.00 Uhr

**An den Feiertagen bitte
 unsere
 Aushänge beachten.**

Hier stehst Du im
Mittelpunkt