

Kursplan Winter 2023/2024 (ab dem 27.11.2023)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 – 9:55 Uhr Functional Training Simone	8:30 – 9:25 Uhr Wirbelsäule Simone			8:00 – 8:55 Uhr Pilates Simone		
09:55 – 10:20 Uhr Mobility Simone	9:30 – 10:25 Uhr Wirbelsäule Simone	9:00 – 9:55 Uhr Indoor - Cycling/ Bodyworkout Achim/Simone	9:00 – 9:55 Uhr Wirbelsäule Achim	9:00 – 9:55 Uhr Bodyworkout Simone	9.00 – 9.55 Uhr Jumping Fitness Miriam	
10.30 – 11.15 Uhr Jumping Fitness Miriam				10:00 – 10:45 Uhr Pilates/Mobility Simone	10:00 – 10:55 Uhr Power Dumbell Kursleiter	10:00 – 10:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter
	17:00 – 17:55 Uhr Rücken Fit Jenny					
17:00 – 17:55 Uhr Tae Bo Nadine	18:00 – 18:55 Uhr Power Dumbell Nadine	17:00 – 17:55 Uhr Yoga Jenny	17:00 – 17:55 Uhr Pilates Jenny	17:00 – 17:55 Uhr Indoor - Cycling Jenny		
18:00 – 18:55 Uhr Zumba Fitness Tami	19:00 – 19:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter	18:00 – 18:55 Uhr Zumba Fitness Tami	18:00 – 18:55 Uhr Yoga Jenny	18:00 – 18:55 Uhr Strong Nation Tami		
19:00 – 19:55 Uhr Strong Nation Tami	20.00 – 20.55 Uhr Jumping Fitness Miriam	19:00 – 19:55 Uhr Indoor - Cycling Achim	19.00 – 19.55 Uhr Jumping Fitness Lara	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

TELEFONISCHE ANMELDUNG ERFORDERLICH!! Anmeldung am Vortag ab 13 Uhr möglich! (max. 15 Personen)