

Kursplan Herbst (ab dem 16.09.2024)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 – 9:55 Uhr Functional Training Simone	8:30 – 9:25 Uhr Wirbelsäule Simone		08:30 – 09:25 Uhr Step Aerobic Julia			
09:55 – 10:20 Uhr Mobility Simone	9:30 – 10:25 Uhr Wirbelsäule Simone	9:00 – 9:55 Uhr Indoor - Cycling Achim/Simone	9:30 – 10:25 Uhr Wirbelsäule Achim	9:00 – 9:55 Uhr Bodyworkout Simone	9.00 – 9.55 Uhr Jumping Fitness Kursleiter	
			10.30 – 11.15 Uhr Golden Oldies Jumping Fitness Britta	10:00 – 10:30 Uhr Pilates/Mobility Simone	10:00 – 10:55 Uhr Power Dumbell Petra	10:00 – 10:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter
17:00 – 17:55 Uhr BBP Nadine	17:00 – 17:55 Uhr Rücken Fit Nadine	17:00 – 17:55 Uhr Step & Tone Britta	17.00 – 17:55 Uhr Yoga Karin	17:00 – 17:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter		
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 Jumping Fitness Heiko	18:00 – 18:55 Uhr Strong Nation Tami		
19:00 – 19:55 Uhr Strong Nation Tami	19.00 – 19.55 Uhr Jumping Fitness Miriam	19:00 – 19:55 Uhr Indoor - Cycling Kursleiter	19.30 – 20.25 Uhr Jumping Fitness Heiko	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)