

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	07:00 - 07:30 BodyBalance		07:00 - 07:30 BodyPump			
08:15 - 08:45 BodyBalance	07:30 - 08:00 CX	08:15 - 09:00 BodyPump	07:30 - 08:00 BodyBalance	08:30 - 09:00 CX		
		09:15 - 10:00 Step-Workout		08:45 - 09:30 WSG	10:00 - 10:45 Zumba / Wahl	
09:30 - 10:15 Core	09:30 - 10:15 WSG	09:15 - 10:00 Indoor-Cycling		09:45 - 10:15 Beckenboden	11:00 - 11:45 Bodyworkout / Wahl	
10:30 - 11:15 Cycling	10:30 - 11:00 BALLance	10:15 - 11:15 Rücken-Yoga		10:30 - 11:15 WSG		
12:30 - 16:00 Kurse nach Wahl!	12:30 - 16:00 Kurse nach Wahl!	12:30 - 16:00 Kurse nach Wahl!	12:30 - 16:00 Kurse nach Wahl!	12:30 - 16:00 Kurse nach Wahl!	12:00 - 18:00 Kurse nach Wahl!	12:00 - 18:00 Kurse nach Wahl!
	16:00 - 16:45 Kreativer Kindertanz		15:00 - 16:00 Fit Ü 50	16:15 - 17:15 HipHop		
17:00 - 17:45 Core	17:00 - 18:00 Dance Kids	17:00 - 18:00 Yoga				
			17:30 - 18:15 WSG	18:00 - 19:00 Yoga		Kursraum 1 virtueller Kurs
18:00 - 18:45 BodyPump	18:00 - 18:45 WSG	18:15 - 19:00 BBP	18:30 - 19:00 BALLance	18:00 - 18:30 TRX		Kursraum 1
	19:00 - 20:00 Yoga for You	19:00 - 19:45 BodyPump		18:30 - 19:00 Athletik		Kursraum 2
		19:15 - 20:00 Zumba		19:00 - 19:30 Flow		Functional-Raum
19:15 - 20:00 Indoor-Cycling				19:30 - 20:30 Power-Cycling		
	20:15 - 21:45 Kurse nach Wahl!		20:15 - 21:45 Kurse nach Wahl!			



Wir leben Sport.

ab 01.10.2021