


Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 – 10:00 Step mit Moni		09:30 – 10:30 Flexi mit Sylvia	09:00 – 10:00 Rücken mit Babsi	09:00 – 10:00 Step mit Moni		
10:00 – 11:00 Bodystyling mit Moni	09:30 – 10:30 Cycling * mit Klaus ab 20.10..	10:30 – 11:30 Pilates mit Sylvia	10:15 – 11:15 Cycling * mit Manfred	10:00 - 11:00 Bodystyling mit Moni		09:00 – 10:30 Yoga mit Noel
16:30 – 17:00 * 17:15 – 17:45 Aqua mit Babsi			10:15 – 10:45 * 11:00 – 11:30 Aqua mit Babsi			
18:00 – 18:30 * 18:45 – 19:15 Aqua mit Irmis		17:30 -18:30 Bosu mit Susi				
18:00 – 19:00 Rücken mit Babsi	18:00 – 19:00 Pump your Body mit Kathleen	18:30 – 19:00 Bauch mit Susi	18:00 – 18:30 * 18:45 – 19:15 Aqua mit Samira		16:00 – 17:00 Intervall mit Moni	
19:00 – 20:00 Bauch mit Susi	19:00 – 19:30 * 19:45 – 20:15 Aqua mit Samira	19:00 – 20:00 Flexi mit Susi ab 14.10.	18:30 – 19:30 Yoga mit Noel Ab 22.10. in WM	18:30 – 19:30 Piloga mit Dagi	17:00 – 18:00 Bodystyling mit Moni	
19:30 – 20:30 Wave *mit Rudi	19:30 – 20:30 Cycling * mit Kathleen		19:00 – 20:00 Wave * mit Rudi	19:30 – 20:30 Wave * mit Rudi		
20:15 - 21:15 Cycling * mit Stefan		20:15 – 21:15 Cycling * mit Stefan	20:15 Cycling * mit Maik			

Bei allen Kursen die mit einem * gekennzeichnet sind

Bitte wenden 

→ Bitte an der Theke anmelden oder anrufen 08803 / 2952

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 – 10:15 Workout mit Petra	09:30 – 10:30 Pilates mit Silvia	09:15 – 10:15 Functional mit Sara	09:15 – 10:15 Rücken mit Petra	09:15 – 10:15 HIIT mit Sara		
09:15 – 10:15 Yoga mit Noel	10:30 – 11:30 Chi Yoga mit Silvia	10:30 – 11:30 Cycling mit Sara *	10:15 – 11:15 Fatburner mit Petra	10:30 – 11:30 Stretch mit Sara		09:30 – 10:30 * Cycling mit Otto
10:30 – 11:30 Cycling * mit Manfred						
18:00 – 19:00 Zumba mit Vroni	18:15 – 19:15 Bodystyling mit Johanna	18:00 – 19:00 Langhantel Workout mit Annika	18:30 – 20:00 Yoga mit Noel Ab 22.10.	17:45 – 18:45 Zumba mit Vroni		
18:00 – 19:00 Rücken mit Sara	19:00 – 20:00 Yoga mit Noel	19:15 – 20:15 Cycling mit Horst Ab 28.10.	19:00 – 20:00 Bodyweight mit Sara	18:45 – 19:45 Flexi mit Sylvia		
19:30 – 20:30 Qi Gong mit Andrea	19:30 – 20:30 Cycling * mit Johanna		20:15 – 21:15 * Cycling mit Lothar	19:45 – 20:45 Pilates mit Sylvia		
20:00 – 21:00 Cycling mit Sara *						

Bei allen Kursen die mit einem * gekennzeichnet sind

→ Bitte an der Theke anmelden oder anrufen 0881 / 92704181

Bitte wenden →