

Wir sind Partner von:



Kursplan: 22.07.2020

Mo Raum 1	Mo Raum 2	Di Raum 1	Di Raum 2	Di Fläche	Mi Raum 1	Mi Raum 2	Mi Fläche	Do Raum 1	Do Raum 2	Do Fläche	Fr Raum 1
8.45 - 9.30 Rücken Fitness		8.30 - 9.15 Reha								08.30-09.30 Zirkel-Special	
9.30 - 10.15 Rücken Fitness		9.15 - 10.00 Reha						09.15-10.15 Rücken Fitness	09.30-10.30 Rücken Special		09.00 -09.45 Reha
		10.10 - 11.00 Pilates						10.15 - 11.15 Pilates			09.45 - 10.30 Reha
		11.10 - 11.55 Reha									
		17.00 - 18.00 BBP									
18.15 - 19.00 Reha	18.30 - 19.30 Cross Iron System	18.00 - 19.00 TRX Beginn nach Sommerferien	18.00-19.00 Rücken Special		17.15-18.45 Yoga Fort- geschrittene	18.30-19.30 Iron System	17.00-18.00 Rücken Prävention		18.15 - 19.00 Reha	18.00-19.00 functional fun	18.35-19.35 Indoor Cycling
19.00 - 19.45 Reha		19.00-20.00 Pilates	19.00-20.00 Becken Boden	19.00-20.00 functional fun	19.00-20.30 Yoga Einsteiger				19.00-20.00 Rücken Special	19.00-20.00 functional fun	
20.00 - 21.00 Indoor Cycling				20.00-21.00 Rücken Prävention							

Fitness: Montag – Freitag 08:00 – 22:00 Uhr und Samstag – Sonntag 10:00 – 19:00 Uhr
 Sauna: Montag – Freitag 10:00 – 22:00 Uhr und Samstag – Sonntag 10:00 – 19:00 Uhr
 Damensauna: Mittwoch 10:00 – 22:00 Uhr