

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		06:30 RPM Adi				
09:15 Zumba Carmen	09:15 BODYPUMP Anna Einf. 09:00	09:15 BODYSTEP Sonja Einf. 09:00	09:15 BODYPUMP Anna Einf. 09:00	09:15 Bodystyling Sabine	09:30 BODYPUMP Viviana Einf. 09:15	
10:15 Power Yoga Cordula		10:15 Bodystyling Serena		10:15 Pilates Serena	10:45 Step Aerobic II - III Viviana 75 Min.	11:00 Surprise Team
12:15 Bodystyling Jacqueline	12:15 BODYPUMP Michael R. Einf. 12:00	12:15 BODYPUMP Christa Einf. 12:00	12:15 BODYCOMBAT Jacqueline Einf. 12:00	12:15 BODYCOMBAT René Einf. 12:00	12:15 BODYPUMP Michael R. Einf. 12:00	
17:00 BODYPUMP Sonja Einf. 16:45	17:30 Power Yoga Brigit	17:30 BODYPUMP Adriano Einf. 17:15	18:00 Bodystyling Sabine	17:45 RPM Adi	14:00 BODYBALANCE Jacqueline Einf. 13:45	
18:00 BODYSTEP Sonja	18:30 BODYPUMP Viviana Einf. 18:15	18:30 BODYATTACK Sonja	19:00 Zumba Carmen <i>NEU ab 03.05.2012</i>	18:45 BODYATTACK Sonia		
19:00 BODYCOMBAT Sonia Einf. 18:45	19:30 Dance Step II - III Reto	19:30 Zumba Vlora <i>NEU ab 09.05.2012</i>	20:00 Spinning Marcel	20:00 BODYPUMP Sonia Einf. 19:45		
20:00 BODYBALANCE Jacqueline Einf. 19:45	20:30 Pilates Cordula					
21:00 Spinning Marcel						

Belastungsstufen: I Einsteiger II Mittel III Fortgeschritten

Indoor-Cycling: Einführung für Neueinsteiger jeweils 15 Minuten vor Beginn der Lektion.

Kurse ohne Angabe sind für alle geeignet.

KRAFT

CHOREO/DANCE

BODY&MIND

FIGHTING

INDOOR CYCLING

Unser Angebot wird laufend erweitert. Programmangaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.