

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		06:30 RPM Adi				
09:15 Zumba Carmen	09:15 Bodystyling Sabine	09:15 BODYSTEP Sonja Einf. 09:00	09:15 BODYPUMP Sonja Einf. 09:00	09:15 Bodystyling Sabine	09:30 BODYPUMP Viviana Einf. 09:15	
10:15 Power Yoga Cordula		10:15 Bodystyling Sabine		10:15 Pilates Cordula	10:45 Step Aerobic II - III Viviana 75 min.	11:00 Pilates Cordula
12:15 Bodystyling Gabi	12:15 BODYPUMP Michael R. Einf. 12:00	12:15 BODYPUMP Christa	12:15 BODYCOMBAT René Einf. 12:00	12:15 BODYCOMBAT René Einf. 12:00	12:15 BODYPUMP Michael R. Einf. 12:00	12:00 Spinning Cordula
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 Power Yoga Viviana	
18:00 BODYSTEP Sonja	18:30 BODYPUMP Viviana Einf. 18:15	18:30 BODYATTACK Sonja	19:00 Zumba Carmen	18:45 BODYATTACK Sonja		
19:00 BODYCOMBAT René Einf. 18:45	19:30 Dance Step II - III Reto	19:30 Zumba Vlora	20:00 Spinning Marcel	20:00 BODYPUMP Sonja Einf. 19:45		
20:00 Power Yoga Viviana	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.