

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 – 09.55 Uhr Bodyforming	09.00 – 09.55 Uhr Hot Iron 2	09.00 – 09.55 Uhr Fun Tone Cardio	09.00 – 09.55 Uhr Bauch weg Zirkel	08.00 – 08.55 Uhr Reha-Sport <small>NEU</small>		
10:00 – 10.55 Uhr mama do sport Bauch weg! <small>NEU</small>	09.30 – 10.25 Uhr Movita <small>NEU</small>	09.00 – 09.55 Uhr Reha-Sport <small>NEU</small>	09.30 – 10.25 Uhr Movita <small>NEU</small>	09.00 – 09.55 Uhr Bauch, Beine & Po		
	10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Workout <small>NEU</small>		10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Zumba <small>NEU</small>	09.00 – 09.55 Uhr Indoor Cycling <small>NEU</small>	10.00 – 10.55 Uhr Indoor Cycling <small>NEU</small>	10.00 – 10.55 Uhr Indoor Cycling
16.00 – 16.55 Uhr Reha-Sport <small>NEU</small>		15.30 – 16.15 Uhr Eltern-Kind-Tanz 2 J. <small>NEU</small>		10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Bodyforming <small>NEU</small>	10.00 – 10.55 Uhr Bodyforming	10.00 – 10.55 Uhr Hot Iron 1
17.00 – 17.55 Uhr Starker Rücken	17.00 – 17.55 Uhr Movita <small>NEU</small>	16.15 – 16.45 Uhr Ballett ab 3 J. <small>NEU</small>	17.00 – 17.55 Uhr Reha-Sport <small>NEU</small>		10.00 – 10.45 Uhr Pound Kids ab 6 J. <small>NEU</small>	10.00 – 10.55 Uhr Yoga <small>NEU</small>
17.30 – 18.25 Uhr Kleingruppen- training	17.00 – 17.55 Uhr Dance Kids ab 5 J. <small>NEU</small>	16.45 – 17.30 Uhr Ballett ab 5 J. <small>NEU</small>	17.00 – 17.55 Uhr Pilates	17.00 – 17.55 Uhr Reha-Sport <small>NEU</small>	11.00 – 11.55 Uhr Surprise! <small>NEU</small>	11.00 – 11.55 Uhr Breaklethics®
18.00 – 18.55 Uhr Indoor Cycling <small>NEU</small>	17.00 – 17.55 Uhr Bodyforming <small>NEU</small>	17.00 – 17.55 Uhr Cross it! ab 12 J. <small>NEU</small>	18.00 – 18.55 Uhr Starker Rücken	18.00 – 18.55 Uhr Starker Rücken		
18.00 – 18.55 Uhr Zumba	17.30 – 18.25 Uhr Fit mit Babybauch <small>NEU</small>	17.00 – 17.55 Uhr Rückenzirkel	18.00 – 18.55 Uhr Fun Tone Cardio	18.00 – 18.55 Uhr Hot Iron 2		
18.00 – 18.55 Uhr Hot Iron 1	18.00 – 18.00 Uhr Indoor Cycling	17.30 – 18.25 Uhr Movita	18.30 – 19.25 Uhr Surprise! <small>NEU</small>	19.00 – 19.55 Uhr Indoor Cycling		
18.30 – 19.25 Uhr Kleingruppen- training	18.00 – 18.55 Uhr Bauch, Beine & Po	18.00 – 18.55 Uhr Bodyforming	19.00 – 19.55 Uhr Bauch, Beine & Po			
19.00 – 19.55 Uhr Rücken & Faszien	18.00 – 18.55 Uhr Pilates	18.00 – 18.55 Uhr Fitnessboxen	19.00 – 19.55 Uhr Pound <small>NEU</small>			
19.00 – 19.55 Uhr Step & Tone	19.00 – 19.55 Uhr Breaklethics®	18.30 – 19.25 Uhr Yoga				
	19.00 – 19.55 Uhr Sixpack	19.00 – 19.55 Uhr Kickboxen				
		19.00 – 19.55 Uhr Hot Iron 1				
		19.00 – 19.55 Uhr Indoor Cycling				

Hansefit

 In den mit "MAMA" ausgeschriebenen Kursen, kannst Du Dein Kind mit in die Stunde nehmen. Entweder schaut es Dir beim Training zu oder es wird in den Kurs integriert.

 Kurs für Kinder

 **ACHTUNG!** Bitte immer für **ALLE** Kurse per Smartphone App anmelden! Hol Dir Deine Zugangsdaten: reservierung@justdosport.de

 Planänderungen, Neuigkeiten und jede Menge spannende Infos findest Du in unserer internen Facebookgruppe auf der „just do sport Pinnwand“!

just do sport

Das Kursstudio am Bodensee