

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 – 09.55 Uhr Holistic Workout	09.00 – 09.55 Uhr Hot Iron 1	09.00 – 09.55 Uhr Indoor Cycling	09.00 – 09.55 Uhr Holistic Workout	09.00 – 09.55 Uhr Bauch Beine Po	09:30 – 10:25 Uhr Fatburner	
09.30 – 10.25 Uhr Rückbildungs Yoga nur mit Voranmeldung	10.00 – 10.55 Uhr Movita	09.00 – 09.55 Uhr Bodyforming	09.00 – 09.55 Uhr BodyArt	09.00 – 09.55 Uhr Hot Iron 1	09:30 – 10:25 Uhr Babybauch Kurs nur mit Voranmeldung	10.00 – 11.00 Uhr Indoor Cycling
10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Holistic Workout	10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Workout	09.00 – 09.55 Uhr Reha-Sport nur mit Voranmeldung	10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Holistic Workout	10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Bodyforming		10.00 – 10.55 Uhr Hot Iron 1
		10.00 – 10.55 Uhr mama do sport Bodyforming		10.00 – 10.55 Uhr Baby Fit Kurs nur mit Voranmeldung		10.00 – 10.55 Uhr Body & Mind
		11.00 – 11.55 Uhr Rückbildungs Yoga nur mit Voranmeldung				
16.00 – 16.55 Uhr Reha-Sport nur mit Voranmeldung						
17.00 – 17.55 Uhr Movita	17.00 – 17.55 Uhr Holistic Workout					
17.00 – 17.55 Uhr Babybauch Kurs nur mit Voranmeldung	17.00 – 17.55 Uhr Dance Kids ab 5 J.	18.00 – 18.55 Uhr BodyArt	17.00 – 17.55 Uhr Rücken & Bauch	17.00 – 17.55 Uhr Reha-Sport nur mit Voranmeldung		
17.00 – 17.55 Uhr Rücken	18.00 – 18.55 Uhr Yoga	18.00 – 18.55 Uhr Bodyforming	18.00 – 18.55 Uhr FunTone Cardio	18.00 – 18.55 Uhr Rücken		
18.00 – 18.55 Uhr Hot Iron 1	18.00 – 18.55 Uhr Hot Iron 2	18.00 – 18.55 Uhr Indoor Cycling	18.00 – 18.55 Uhr Bauch Beine Po	19.00 – 19.55 Uhr Kleingruppentraining		
18.00 – 18.55 Uhr Bauch Beine Po	19.00 – 19.55 Uhr Indoor Cycling	19.00 – 19.55 Uhr Hot Iron 1	19.00 – 19.55 Uhr Bootcamp	19.00 – 19.55 Uhr Hot Iron 2		
18.30 – 19.25 Uhr Kleingruppentraining	19.00 – 19.55 Uhr Bodyforming Intensiv	19.00 – 19.55 Uhr Hyrox	19.00 – 19.55 Uhr BodyArt	19.00 – 19.55 Uhr Indoor Cycling		
19.00 – 19.55 Uhr Pilates	20.00 – 20.55 Uhr Fatburner	20.00 – 20.55 Uhr Men Only		20.00 – 20.55 Uhr Men Only		
20.00 – 20.55 Uhr Men Only						

- Spezielle für Schwangere und junge Mütter
- Kurse für unsere Damen im besten Alter
- Hier trainieren Männer unter sich
- Zertifizierter Kurs, Kosten werden von der Krankenkasse übernommen

Öffnungszeiten unserer Kinderbetreuung:

Montag: 09.00 - 11.00 Uhr
 Dienstag: 10.00 - 11.00 Uhr
 17.00 - 19.00 Uhr
 Mittwoch: 09.00 - 11.00 Uhr
 Donnerstag: 09.00 - 11.00 Uhr
 Freitag: 09.00 - 11.00 Uhr

