

INDOOR

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
	09:00 - 9:50 FA Functional „Fit ab 40“	09:00 - 9:50 P LES Mills Bodypump	9:00 - 10:00 P B-B-P + Rücken	09:00 - 09:45 P Hockergymnastik	08:30 - 09:30 FA Slingtraining	10:00 - 11:30 B ChiKung
	10:30 - 11:15 P Hockergymnastik				10:00 - 11:00 P Yoga	11:00 - 12:00 P Rückenfit
			17:45 - 19:00 B Yoga 2			 <p>ÖFFNUNGSZEITEN: Mo - Fr 08.00 - 22.00 Uhr Sa / So 09.00 - 21.00 Uhr</p>
	18:00 - 18:55 P Les Mills Bodypump	18:30 - 19:00 B Faszien in Bewegung	18:00 - 19:00 FA Slingtraining		17:30 - 18:00 P Bauch Xpress	
	18:00 - 18:50 B Pilates	Neue Zeit! 19:00 - 19:50 P Bodyworkout	Neue Zeit! 18:00 - 18:55 P Les Mills Bodypump	18:15 - 19:00 P Les Mills BodyTONE	18:00 - 19:00 P DeepWork	
	19:00 - 19:45 P Rückenfit	19:00 - 20:00 B Yoga	Neue Zeit! 19:10 - 20:00 P DeepWork	Neue Zeit! 19:15 - 20:15 P Les Mills Bodybalance		
	20:00 - 20:45 P Rückenfit		20:10 - 20:55 P Wirbelsäulengym			

Alle Outdoorkurse finden nur bei regenfreiem Wetter statt.

OUTDOOR

18:30 - 19:30 BootParc	Neue Zeit! 18:00 - 19:00 BootParc	18:00 - 18:50 Cycling
18:00 - 18:50 Cycling		19:00 - 19:50 Cycling
19:00 - 19:50 Cycling		

VORLÄUFIGER SOMMERKURSPLAN

Bitte melde Dich für alle Indoor Kurse und für das Outdoor Cycling an!!!
Anmeldung: Frühestens 1 Tag vor dem jeweiligen Kurs
Nach Kursbeginn ist KEIN Einlass mehr möglich!

Kurse im KR 1 (Power) 16 TN
Kurse im KR 2 (Body & Mind) 8 TN
Kurse Cycling (Outdoor) 15 Personen
Functional Area: Functional 12 TN / Slingtraining 10 TN

Kinderbetreuung, sowie diverse andere Kurse sind aktuell nicht möglich.

Gültig ab 15. Juli
Änderungen vorbehalten

05931-89191