

Fitness Kurse

MONTAG

- 8:30 - 9:15 UHR**
Pound-Fitness
- 10:30 - 11:15 UHR**
Dance
- 17:30 - 18:15 UHR**
Rücken-Fit
- 18:30 - 19:15 UHR**
Mobility-Training

DIENSTAG

- 8:30 - 9:15 UHR**
Physyolates
- 10:30 - 11:15 UHR**
Rücken-Fit
- 18:00 - 18:45 UHR**
Ganzkörpertraining
- 18:45 - 19:45 UHR**
Indoor-Cycling
- 20:00 - 21:00 UHR**
Indoor-Cycling

MITTWOCH

- 8:30 - 9:15 UHR**
Bleib in Balance
- 10:30 - 11:15 UHR**
Cardio-Fit
- 18:00 - 18:45 UHR**
Mobility-Training
- 19:30 - 20:15 UHR**
Fit & Vital

DONNERSTAG

- 8:30 - 9:15 UHR**
Fit in den Tag
- 10:30 - 11:15 UHR**
Cardio-Fit
- 19:15 - 20:00 UHR**
Kurzhantertraining
- 20:00 - 20:45 UHR**
Ganzkörpertraining

FREITAG

- 9:30 - 10:15 UHR**
Rücken-Fit
- 10:30 - 11:15 UHR**
Pilates
- 17:00 - 18:00 UHR**
Indoor-Cycling
- 18:15 - 19:00 UHR**
Body Styling/
Step-Dancing

SAMSTAG

- 10:30 - 11:15 UHR**
Bauch Beine Po
- 16:00 - 17:00 UHR**
Cross-Fit

SONNTAG

- 10:15 - 11:00 UHR**
Body Styling

