



Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
Montag	Vital Fit	Beatrice K.	08:00 – 08:55
	BODYPUMP®	Nancy I.	09:00 – 09:55
	CORE®	Nancy I.	10:00 – 10:25
	Indoor Cycling	Corina A.	12:15 – 13:10
	BODYPUMP®	Sabrina F.	17:15 – 18:10
	Antara®	Qendresa B.	18:20 – 19:15
Dienstag	Yoga	Marlène L.	09:30 – 10:40
	Functional Group Training*	Fitness Team	11:00 – 11:45
	BODYPUMP®	Caroline E.	12:15 – 13:10
	CORE®	Lotty F.	17:40 – 18:05
	BODYPUMP®	Rahel D.	18:15 – 19:10
	ZUMBA®	Rowayna H.	19:15 – 20:10
Mittwoch	BODYPUMP®	Kerstin L.	06:15 – 07:10
	BODYPUMP®	Ramona B.	09:00 – 09:55
	CORE®	Tiziana F.	12:15 – 12:55
	Indoor Cycling	Team	17:30 – 18:10
	Yoga	Marlène L.	18:15 – 19:10
	BODYPUMP®	Kerstin L.	19:15 – 20:10
Donnerstag	CORE®	Tiziana F.	09:00 – 09:40
	BODYBALANCE®	Tiziana F.	09:50 – 10:45
	BODYPUMP®	Simone R.	12:15 – 13:10
	BODYPUMP®	Lisa M.	18:00 – 18:55
	CORE®	Lisa M.	19:00 – 19:25
Freitag	Antara Age	Regina H.	08:00 – 08:55
	Follow Les Mills	Rachel R.	09:00 – 10:30
	Indoor Cycling «Mit 80er Hits, dreit's fasch vo sälber»	Simone R.	12:15 – 13:10
	BODYBALANCE® Special	Carmelina M.	18:15 – 19:10
Samstag	BODYPUMP® meets CORE®	Rachel R.	09:15 – 10:10
	Functional Grouptraining*	Karsten M.	10:00 – 10:45
	BODYBALANCE® «Special Flows»	Rachel R.	10:15 – 11:10
Sonntag	BODYBALANCE® Special	Tiziana F.	09:30 – 10:25

*findet auf der Fitness-Fläche statt

Aktuelles Kursprogramm Online:



Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag bis Freitag:	08:45 - 11:30
Samstag:	09:00 - 11:30
Sonntag:	Geschlossen