



65 66 65 gültig ab 02.01.12

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10.30 - 11.30 Uhr <b>Figurtraining</b>	9.30 - 10.15 Uhr <b>Fit für jeden</b>	10.00 - 11.00 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>	9.45 - 10.30 Uhr <b>BBP</b>	9.45 - 10.45 Uhr <b>Rückenfit</b>		
10.00 - 11.00 <b>S</b> <b>Spinning Gold</b>		10.00 - 11.00 Uhr <b>Zumba Gold</b>	10.30 - 11.30 Uhr <b>Rückenfit</b>			11.00 - 12.00 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>
11.30 - 12.15 Uhr <b>Drums Alive</b> <i>ab 16.1. neu</i>		18.00 - 19.30 Uhr <b>Figurseminar</b>			14.00 - 15.00 Uhr <b>Body Pump</b>	12.15 - 13.15 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>
17.00 - 18.00 Uhr <b>Kinderkarate(A)</b>		18.00 - 18.50 Uhr <b>Figurtraining</b>	17.00 - 18.00 Uhr <b>Kinderkarate</b>			14.45 - 16.15 Uhr <b>Kickboxen</b>
18.15 - 19.00 Uhr <b>Thairobic</b>	17.30 - 18.20 Uhr <b>Rückenfit</b>	19.00 - 20.00 Uhr <b>Drums Alive</b> <i>ab 18.1. neu</i>	18.00 - 18.45 Uhr <b>Thairobic</b>			
19.00 - 20.00 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>	18.30 - 19.30 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>	18.50 - 19.10 Uhr <b>2</b> <b>BMW</b>	19.00 - 20.00 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>	18.00 - 19.00 Uhr <b>Zumba</b>		
19.00 - 19.40 Uhr <b>BMW</b>	18.30 - 19.25 Uhr <b>Yoga</b>	19.10 - 20.00 Uhr <b>2</b> <b>Fit&amp;Entspannt</b>	18.45 - 19.30 Uhr <b>BBP</b>	19.10 - 20.00 Uhr <b>Pilates</b>		
19.45 - 20.45 Uhr <b>Body Pump</b>	19.30 - 20.30 Uhr <b>Zumba</b>	20.00 - 21.00 Uhr <b>S</b> <b>Spinning</b>	19.30 - 20.30 <b>Fatburner-Step</b>			

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	8.00 bis 22.00
Samstag und Sonntag	10.00 bis 18.00

## Saunazeiten

Montag - Freitag	8.30 bis 21.30
Samstag und Sonntag	10.30 bis 17.30

## Kinderbetreuung (6 Monate-9 Jahre)

Montag	9.00 bis 12.00
Dienstag	15.30 bis 18.30
Donnerstag	9.30 bis 12.30
Donnerstag	16.00 bis 19.00
Sonntag	10.15 bis 13.15

**2** Kursraum 2

**S** Spinningraum