

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 10.00 Bodypump	9.15 - 10.15 Pilates	9.15 - 10.15 Bodypump	9.00 - 9.45 Faszien Yoga	9.50 - 10.50 Rückenfit	10.15 - 11.15 Rückenfit	
10.15 - 11.15 Rückenfit		10.30 - 11.15 Faszientraining	10.00 - 11.15 BBP Bauch Beine Po	11.00 - 12.00 Pilates	11.30 - 12.30 Tabata	11.00 - 12.00 InBalance
	15.55 - 16.45 Kinder-Jumping		16.00 - 17.15 Rückenfit	16.00 - 16.45 Kinder Jumping	12.45 - 13.45 Zumba	12.15 - 13.15 Bodypump
17.00 - 18.00 Step-Aerobic	17.00 - 17.25 Karate (ab Level 2)	17.30 - 18.15 BBP-Fatburner Bauch Beine Po	16.45 - 17.45 Jugend Fitness 14 - 17 Jahre	16.30 - 17.30 Kinder Karate	<p>Anmeldung erforderlich (einfach über eFit-App) </p> <p>Kinderbetreuungszeit </p> <p>Kursraum 2 Spinning Unter der Cardio-Empore rechter Kursraum</p> <p>Kursraum 3 Physio Im EG Ausgang Treppenhaus rechts</p>	
18.15 - 19.15 BBP Bauch Beine Po	17.30 - 18.30 Rückenfit	18.30 - 19.15 Jumping	18.00 - 19.15 Step-Aerobic (ab level 2)	17.00 - 17.30 BMW Bauch Muss Weg		
19.30 - 20.30 Bodypump	18.45 - 19:45 Tabata	19.30 - 20.30 Zumba	19.30 - 20.30 Bodypump	17.45 - 18.45 BBP Bauch Beine Po		
	19.15 - 20.00 Faszientraining			18.00 - 19.00 Karate Erw.		
	20.00 - 21.00 Pilates			19.00 - 20.00 Yoga		

Öffnungszeiten

Montag bis Mittwoch	7.00 bis 22.00
Donnerstag bis Freitag	8.00 bis 22.00
Samstag	10.00 bis 17.00
Sonntag	9.00 bis 18.00

Kinderbetreuung (6 Mon. - 9 Jahre)

Mo und Mi	9.00 - 12.00
Freitag	9.00 - 12.00 15.00 - 18.00
Sonntag	10.15 - 13.15

Spinning 2

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
18.00 - 19.00	18.00 - 19.00	18.00 - 19.00		9.15 - 10.15	10.30 - 11.30
19.15 - 20.15	19.15 - 20.15	10.15 Sommerpause 15	19.00 - 20.00	18.15 - 19.15	