

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 - 11.00 Rückenfit	11.00 - 12.00 Pilates 	11.30 - 12.30 Tabata 	11.00 - 12.00 InBalance 
				16.00 - 16.45 Kinder Jumping 		12.15 - 13.15 Bodypump 
17.00 - 18.00 Step-Aerobic	16.30 - 17.30 Kinder-Karate 	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 über</p> <p>Fitness Park App </p>  <p>Kursraum  Physio Kursraum  Spinning</p> <p>Kinderbetreuungszeit </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 Yoga			 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  

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		19.00 - 20.00	18.15 - 19.15	