

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
9.15 - 10.15 Pilates			9.45 - 10.30 Rückenfit	9.15 - 10.15 Cycling			
10.30 - 11.30 Rückenfit		11.00 - 11.45 Zirkeltraining	10.45-11.45 YinYoga		10.15 - 11.15 Tabata	10.15 - 11.15 BodyPump	
			16.00 - 16.45 Kinder Bouldern <small>von 6 - 12 Jahren</small>			10.15 - 11.15 Cycling	
			17.00 - 17.45 Bouldern <small>Kletter-Einweisung</small>	15.30 - 16.15 Kinder-Jumping <small>von 6 - 12 Jahren</small>			
			17.30 - 18.20 Bodyforming	16.45 - 17.45 Cycling	<p>Anmeldung erforderlich (einfach über App)</p> <p>Alle nicht anders gekennzeichneten Kurse finden im Kursraum 1 statt.</p> <p>Kursraum 2 Rechter Kursraum unter der Cardio-Galerie</p> <p>Eventraum Großer Kursraum im ersten OG</p> <p>Spinning Cycling Raum neben Kursraum 1</p> <p>Functional court Linker Kursraum unter der Cardio-Galerie</p>		
	18.00 - 19.00 Zumba	17.15 - 17.45 BMW <small>Bauch muss Weg</small>	Pilates				
18.00 - 19.00 Cycling	18.30- 19.30 Cycling	18.00 - 19.00 Bodyforming	18.00 - 19.00 Functional	17.00 - 18.00 Rückenfit			
18.15 - 19.15 Bodyforming	Functional	19.00 - 20.00 Fitnessboxen	18.30 - 19.30 Step Aerobic	18.30 - 19.30 Cycling			18.15 - 19.15 Bodypump
19.30 - 20.30 Bodypump	19.15 - 20.15 Power-Yoga	Jumping	19.45 - 20.45 Zumba	19.30 - 20.00 BMW <small>Bauch muss Weg</small>			

Öffnungszeiten

Montag - Freitag	7.00 - 22.00
Samstag	10.00 - 18.00
Sonntag	9.00 - 20.00

Saunazeiten

Montag - Freitag	9.00 - 21.30
Samstag	10.00 - 17.30
Sonntag	9.00 - 19.30

Kinderbetreuung (6 Mon.- 8 Jahre)

Montag		15.30 - 18.30
Donnerstag		16.00 - 19.00
Freitag		9.00 - 12.00
Sonntag		10.00 - 13.00