

















Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<b>1</b> 9.30 - 10.15 Fit für jeden 			<b>1</b> 9.00 - 9.45 Rückenfit		
<b>1</b> 10.00 - 11.00  <b>Figurtraining</b>		<b>1</b> 10.00 - 11.00 <b>Zumba Gold</b> Einsteiger	<b>1</b> 9.30 - 10.30  <b>Yoga</b>	<b>1</b> 10.00 - 10.45 <b>Rückenfit</b>	<b>1</b> 10.15 - 11.15 <b>Tabata</b>	<b>1</b> 10.45 - 11.15  <b>HulaHoop</b> 
<b>1</b> 11.15 - 12.15  <b>Yoga</b>		<b>1</b> 11.15 - 12.15 <b>Pilates</b> 	<b>1</b> 10.45 - 11.30  <b>Rückenfit</b>	<b>1</b> 11.00 - 11.45 <b>Tabata</b>	<b>1</b> 11.30 - 12.30 <b>BodyPump</b>	<b>1</b> 11.30 - 12.30  <b>Pilates</b> 
<b>2</b> 16.30 - 17.30 <b>Kinderkarate</b> Anfänger ab 5-8 Jahre						
<b>1</b> 16.30 - 17.30 <b>Pilates</b> 	<b>2</b> 16.30 - 17.30 <b>Kinderkarate</b> Farbgurte 	<b>1</b> 16.30 - 17.30 <b>Tabata</b>	<b>1</b> 16.15 - 17.15  <b>Kinderkarate</b> Anfänger ab 5 Jahre	<b>2</b> 16.30 - 17.30 <b>Karate Minis</b>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <b>Anmeldung erforderlich</b> (einfach über eFit-App)         </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;">           Kursraum <b>1</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;">           Kursraum <b>2</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;">           Spinning raum <b>S</b> </div>	
	<b>1</b> 17.30 - 18.15  <b>Rückenfit</b>	<b>1</b> 17.45 - 18.30 <b>Figurtraining</b>	<b>1</b> 17.30 - 18.30  <b>Yoga</b>			
	<b>1</b> 18.30 - 19.30 <b>Step</b>	<b>1</b> 18.45 - 19.45 <b>BodyPump</b>	<b>1</b> 18.45 - 19.35  <b>Jumping</b> 	<b>1</b> 18.00 - 19.00 <b>Zumba</b>		
<b>1</b> 19.45 - 20.45 <b>BodyPump</b>	<b>1</b> 19.45 - 20.45 <b>Zumba</b>	<b>1</b> 20.00 - 21.00 <b>Yoga</b>		<b>1</b> 19.15 - 20.45 <b>Kickboxen</b>		

**Öffnungszeiten**

<b>Montag bis Freitag</b> 8.00 - 22.00	<b>Samstag</b> 10.00 - 17.00	<b>Sonntag</b> 9.00 - 18.00
---	---------------------------------	--------------------------------

**Saunazeiten**




<b>Montag bis Freitag</b> 9.00 - 21.30	<b>Samstag</b> 11.00 - 16.30	<b>Sonntag</b> 10.00 - 17.30
---	---------------------------------	---------------------------------

 **Kinderbetreuung**  
(6 Monate - 9 Jahre)

Montag	9.00 - 12.30
Dienstag	15.30 - 18.30
Donnerstag	9.00 - 12.30 15.30 - 18.30
Sonntag	9.30 - 13.00

**Cycling**

(Jeden 1. Sonntag 10.30 - 12.00)

<b>Dienstag</b> 18.30 - 19.30 	<b>Donnerstag</b> 18.30 - 19.30 	<b>Sonntag</b> 11.00 - 12.00 
--	--	---