

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.15 - 10.15 Pilates			9.45 - 10.30 Rückenfit	9.15 - 10.15 S Cycling		
10.30 - 11.30 Rückenfit		11.00 - 11.45 E Zirkeltraining	10.45-11.45 YinYoga	10.30-11.15 Fit für Jeden	10.15 - 11.15 Tabata	10.15 - 11.15 BodyPump
						11.30 - 12.30 BBP
			16.00 - 16.45 Kinder Bouldern von 6 - 12 Jahren	15.30 - 16.15 E Kinder-Jumping von 6 - 12 Jahren		
		17.15 - 17.45 BMW Bauch muss Weg	17.00 - 17.45 B Bouldern Kletter-Einweisung	16.45 - 17.45 S Cycling	 Anmeldung erforderlich (einfach über App) Alle nicht anders gekennzeichneten Kurse finden im Kursraum 1 statt. Kursraum 2 Rechter Kursraum unter der Cardio-Galerie Eventraum E Großer Kursraum im ersten OG Spinning S Cycling Raum neben Kursraum 1 Functional court F Linker Kursraum unter der Cardio-Galerie	
17.00 - 18.00 E Jumping	18.00 - 19.00 Zumba	18.00 - 19.00 E Bodypump	17.30 - 18.20 Bodyforming			
18.00 - 19.00 S Cycling	18.30- 19.30 S Cycling	18.00 - 18.50 E Tabata	18.00 - 19.00 F Functional			
18.15 - 19.15 Figurtraining	18.00 - 19.00 F Functional	19.00 - 20.00 E Jumping	18.30 - 19.30 Step-Aerobic	18.15 - 19.15 E Bodypump		
19.30 - 20.30 E Bodypump	19.15 - 20.15 Power-Yoga	19.00 - 20.00 S Cycling	19.45 - 20.45 Zumba	19.30 - 20.00 BMW Bauch muss Weg		

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