



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag								
9.15 - 10.15 Pilates			9.45 - 10.30 Rückenfit	9.15 - 10.15 S Cycling		10.15 - 11.15 S Cycling								
10.30 - 11.30 Rückenfit	10.00 - 11.00 Hatha-Yoga		10.45-11.45 YinYoga ab 16.02.		10.15 - 11.15 Tabata	11.30 - 12.30 BBP								
		11.00 - 11.45 five-Einsteiger im five-Parcours	17.00 - 17.45 B Bouldern Kletter-Einweisung			12.45-13.15 F Functional Fit ab 12.02.								
			17.15 - 18.15 E Hatha-Yoga	15.30 - 16.15 Uhr E Kinder-Jumping	<div style="text-align: center;">   <p>Anmeldung erforderlich (einfach über App)</p> <p>Alle nicht anders gekennzeichneten Kurse finden im Kursraum 1 statt.</p> <table border="0"> <tr> <td>Kursraum 2</td> <td>Rechter Kursraum unter der Cardio-Galerie</td> </tr> <tr> <td>Eventraum E</td> <td>Großer Kursraum im ersten OG</td> </tr> <tr> <td>Spinning S</td> <td>Cycling Raum neben Kursraum 1</td> </tr> <tr> <td>Functional court F</td> <td>Linker Kursraum unter der Cardio-Galerie</td> </tr> </table> </div>		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
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													
			17.30 - 18.20 Bodyforming											
17.00 - 18.00 E Jumping	18.00 - 19.00 Zumba	18.00 - 18.50 Tabata	18.00 - 19.00 F Functional im Functional Raum	16.45 - 17.45 S Cycling										
18.00 - 19.00 S Cycling	17.30 - 18.15 F Functional im Functional Raum	19.00 - 20.00 E Jumping	19.00 - 19.45 Five im five-Parcours	17.00 - 18.00 Rückenfit										
18.15 - 19.15 Figurtraining	18.30 - 19.15 F Functional	19.00 - 20.00 S Cycling	18.30 - 19.30 Step-Aerobic	18.15 - 19.15 Bodypump										
19.30 - 20.30 Bodypump	19.15 - 20.15 Power-Yoga		19.45 - 20.45 Zumba	18.30 - 20.00 E Hatha-Yoga+ Endentspannung										

Öffnungszeiten

Montag - Freitag	7.00 - 22.00
Samstag	10.00 - 18.00
Sonntag	09.00 - 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