

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 – 10.00 Uhr Kreuz Fit mit Thomas		9.30 - 10.30 Uhr Beckenboden mit Pia/Martina				
10.00 – 10.45 Uhr Schöne Beine – Venengymnastik mit Pia		10.30 - 11.30 Uhr Funktionstraining mit Martina	10.00 – 11.00 Uhr Yoga Mit Pia		Am 16.06. Yoga- workshop 10:00-15:00	11.00 – 12.00 Uhr „Good Morning“ WORKOUT Martina/Thomas/ Kevin/Pia
17.00 - 18.00 Uhr § 20 Präventionskurs Ab 04.06.18	17.00 - 18.00 Uhr Funktionstraining mit Martina	17.00 - 18.00 Uhr § 20 Präventionskurs Ab 04.06.18	17.00 - 18.00 Uhr Funktionstraining mit Martina			
18:00 – 18:50 Uhr Step-Aerobic mit Nicole W.	18.00 - 19.00 Uhr Nordic Walking mit Martina	18.00 – 19.00 Uhr Kreuz Fit mit Pia	18.00 – 19.00 Uhr Zumba mit Pia			
19.00 – 19.30 Uhr Bauchkurs mit Thomas	19.00 – 20.00 Uhr TABATA-Extrem mit Kevin	19.15 – 20.15 Uhr SYNERGY 360 mit Pia/Martina	19.00 – 20.00 Uhr TABATA-Light mit Kevin	18.00 - 19.00 Uhr Qi Gong mit Steffen		
19.00 – 20.00 Uhr Pilates mit Nicole W.						

Unsere Öffnungszeiten:

Montag & Donnerstag

09.00 - 21.00 Uhr

Dienstag, Mittwoch & Freitag

09.00 - 13.00 Uhr
15.00 - 21.00 Uhr

Samstag 13.00 - 17.00 Uhr

Sonntag 10.00 - 14.00 Uhr

Telefon: 0 55 32 - 9 83 25 12