

MONTAG				DIENSTAG				MITTWOCH				DONNERSTAG				FREITAG				SAMSTAG			
OG	EG	Funktionale/ Trainingsfläche	Cycling	OG	EG	Funktionale/ Trainingsfläche	Cycling	OG	EG	Funktionale/ Trainingsfläche	Cycling	OG	EG	Funktionale/ Trainingsfläche	Cycling	OG	EG	Funktionale/ Trainingsfläche	Cycling	OG	EG	Cycling	
09.00 h												09.00 – 09.50 Rückenfit											
09.30 h	09.30 – 10.20 Bauch Beine Po							09.30 – 10.20 Pilates												9.30 – 10.20 Cycling			
10.00 h												10.00 – 10.50 Stretch & Relax									10.00 - 10.25 Bauchkiller		
10.30 h		10.30 – 11.20 Step						10.30 – 11.20 Yoga									10.30 – 11.20 Total Body				10.30 – 12.00 Fitboxing		
11.00 h																							
11.30 h	BITTE RESERVIEREN SIE IHREN WUNSCH-KURS ONLINE ODER PER TELEFON * DIE KURSE KÖNNEN AB ZWEI TEILNEHMERN STATTFINDEN.* DIE MIT ☀ GEKENNZEICHNETEN KURSE KÖNNEN BEI PASSENDEN WETTER DRAUSSEN STATTFINDEN.																						
16.00 h																							
16.30 h																							
17.00 h																					SONNTAG		
17.30 h																							
18.00 h	18.15 – 18.50 Bauchkiller	18.00 – 18.50 Total Body		18.00 – 19.50 Rückenfit	18.00 – 18.50 World Jumping		18.00 – 19.30 Power Cycling		18.00 - 18.50 Deep Work		18.00 – 18.50 Cycling	18.00 – 18.50 Yogalates	18.00 – 18.50 Total Body								10.00 – 10.50		10.00 – 10.50 Cycling
18.30 h																					10.30 h	10.30 – 11.50 Cycling	
19.00 h	19.00 – 19.50 Yoga	19.00 – 19.50 Muscle Pump	19.00 – 19.50 Functional Workout	19.00 – 19.50 Cycling	19.00 – 19.50 Yoga	19.00 – 19.50 Body Intervall		19.00 – 19.50 Bauch Beine Po	19.00 - 19.20 HIIT	19.00 – 19.50 Athletik Training			19.00 – 19.50 Step		19.00 – 19.50 Cycling					11.00 h		11.00 – 11.50 Cycling	
19.30 h																					11.30 h		11.30 – 12.00 Cycling
20.00 h																							
20.30 h																							