

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kursraum 1						
AEROBIC & GYMNASTIK						
9.30-10.30 WSG E/M/F	09.30-10.30 Heavy-Hands E/M/F		09.00-10.00 Bauch-Beine-Po E/M/F	9.30-10.30 Dance E/M/F		
10.30-11.30 Pilates E/M/F		10.00-10.30 Bodyfit E/M/F	10.00-11.00 Heavy-Hands E/M/F	10.30-11.30 Dynamic Harmony E/M/F	10.00-11.00 Bodystyling E/M/F	10.30-11.00 Bauch intensiv E/M/F
	11.00-12.00 Yoga E/M/F	10.30-11.30 WSG E/M/F	11.15-12.00 Mental Balance E/M/F		11.00-12.00 Bestbodybalance E/M/F	11.00-12.00 Perfekt-Body E/M/F
17.00-18.00 Perfekt-Body E/M/F	17.15-18.15 Rückenspezial E/M/F		17.00-18.00 Yoga E/M/F			
18.00-19.00 Easy- Step E/M/F	18.30-19.30 Bodyfit E/M/F	18.15-19.15 Step E/M/F	18.00-19.00 Bauch-Beine-Po E/M/F	18.00 -19.00 wechselnde Kurse E/M/F		
19.00-19.45 WSG E/M/F	19.30-20.30 Pilates E/M/F	19.15-20.15 Bauch-Beine-Po E/M/F	19.00-20.00 ZUMBA E/M/F			
Stundenplan ab September `23						
Kursraum 2						
CYCLING & SAMM						
9.00-9.30 SAMM (nur Geräte)		09.30 -10.00 CYCLING E/M/F		9.00-10.00 CYCLING E/M/F		
					 AMICA FITNESS & BEAUTY	
	17.15-18.15 SAMM (nur Geräte)		17.00-18.00 SAMM (nur Geräte)			
18.00-19.00 CYCLING E/M/F		18.00-19.00 CYCLING E/M/F		17.00 -18.00 CYCLING E/M/F		
					Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00-21.30 Uhr Sa 9.00-19.00 Uhr So 9.00-15.30 Uhr	

Neu