

Montag

09:15 Zumba Gold*

10:15 Yoga**

17:30 Step Up

18:30 FaM

19:30 Spinning Gemischt**

19:30 Zumba Toning

Dienstag

09:30 FaM

10:30 Drums Alive

17:00 Spinning Gemischt**

17:30 Zumba

18:30 Fitnessboxen

19:30 Aerobic '80

Mittwoch

09:00 Figur Styling

11:00 Small Group Training**

16:00 Small Group Training**

17:00 Piloxing

18:00 FaM

19:00 Yoga**

Donnerstag

08:15 Pilates

09:15 Zumba Toning

11:00 Small Group Training**

16:00 Small Group Training**

17:00 Zumba Gold

18:45 fett-Killer Workout
(30 Min.)

19.30 Zumba

19:30 Balance

Freitag

09:15 Body Forming

10:15 Zumba

17:00 Spinning Gemischt**

Samstag

11:00 Special Kurs

Öffnungszeiten:

Mo. **NEU!!!** 09:00-21:00

Di. 09:00-12:00
16:00-21:00

Mi. 09:00-12:00
16:00-20:30

Do. 08:00-12:00
16:00-20:30

Fr. 09:00-12:00
15:00-20:00

Sa. 10:00-14:00

Small Group Training **
für Mitglieder

Zumba Gold* : 1. Montag im
Monat Step & more!!!

** : Anmeldeungsliste an der
Theke