

Öffnungszeiten

Montag - Freitag 06.00 - 23.00 Uhr
 Samstag 06.00 - 21.00 Uhr
 Sonn- und Feiertage 08.00 - 21.00 Uhr

Kinderbetreuung MiniMax



Montag, Mittwoch und Freitag 08.30 - 12.00 Uhr
 Sonn- und Feiertage 09.00 - 13.00 Uhr

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
KURSRAUM 1	08:30 - 09:30 Pilates ☺ Sabine 09:45 - 10:45 Rücken ☺ Sabine 16:45 - 17:45 Body Pump Eva 18:00 - 19:00 Step Anita 19:15 - 20:15 Rücken Nicole 20:30 - 21:30 Body Pump David	09:00 - 10:00 Faszien Doris 10:15 - 11:15 BBP Traudy 16:15 - 17:15 Body Pump Kathrin K. 17:30 - 18:30 Jumping Fitness Sabine 18:45 - 19:45 BBP Eva 20:00 - 21:00 Body Pump Gitty	09:00 - 10:00 Rücken ☺ Nicole 10:15 - 11:15 Body Pump ☺ Kathrin K. 17:30 - 18:15 Fatburner/Aerobic Traudy 18:30 - 19:30 Body Combat Babsi 19:45 - 20:45 Zumba Fitness Daniela	08:30 - 09:30 Zumba Fitness Bettina 10:00 - 11:00 Rücken Traudy 16:45 - 17:45 Body Pump Verena / Marie* *Woche 1/3/5 Verena Woche 2/4 Marie 18:00 - 19:00 Jumping Fitness Sylvia 19:15 - 20:15 BBP Kathrin B.	06:30 - 07:30 Body Pump Gaby 08:30 - 09:30 Body Combat ☺ Ilona 10:00 - 11:00 Zumba Fitness ☺ Monica 14:00 - 15:00 Rücken/Stretch Eva 17:15 - 18:00 Bauch plus Anita 18:15 - 19:15 Toning Workout Anita 20:00 - 21:00 Body Pump Tom	09:30 - 10:30 BBP Sabine 10:45 - 11:30 HIIT Workout Sabine 15:30 - 16:30 Body Pump Sylvia	9:00 - 10:00 Zumba Fitness ☺ Bettina 10:15 - 11:15 Toning Workout ☺ Julie 11:30 - 12:15 XCO ☺ Julie 17:00 - 18:00 Body Pump Dieter 18:15 - 19:15 BBP Dieter
KURSRAUM 2	08:30 - 09:30 Rücken ☺ Traudy 09:45 - 10:45 Toning Workout ☺ Carmen 20:00 - 21:00 Yoga Workout Gaby	09:00 - 10:00 TRX Claudia B. 10:15 - 11:15 Rücken Andrea 18:15 - 19:15 Kettlebell Markus / Florian	09:00 - 10:00 deepWORK ☺ Carmen 10:15 - 11:15 bodyART ☺ Carmen 19:45 - 20:45 TRX Barbara	10:00 - 11:00 BBP Andrea 18:00 - 19:00 Pilates/Faszien Doris 19:15 - 20:15 Rücken Doris	09:45 - 10:45 Rücken ☺ Sabine	13:00 - 14:30 Krav Maga Markus	
KURSRAUM 3	06:30 - 07:30 Morning Cycling Jennifer 09:00 - 10:00 All Terrain ☺ Lucy 10:15 - 11:15 Einsteiger ☺ Lucy 17:00 - 18:00 Intervall Jutta 18:15 - 19:15 Ausdauer Rosa 19:30 - 20:30 Einsteiger Rosa	09:00 - 10:00 Einsteiger Andrea 18:00 - 19:00 Einsteiger Ralf 19:15 - 20:15 Intervall Ralf	06:30 - 07:30 Morning Cycling Verena 09:00 - 10:00 Einsteiger ☺ Kathrin 18:00 - 19:00 Mixed Class Claudia 19:15 - 20:30 Einsteiger/GLA Jürgen	10:00 - 11:00 Ausdauer Sabine 18:00 - 19:00 Intervall Manuela	06:30 - 07:30 Morning Cycling Caro 09:00 - 10:00 All Terrain ☺ Moni 10:15 - 11:15 Einsteiger ☺ Moni 18:00 - 19:00 Einsteiger Jürgen 19:15 - 20:15 Fun Cycling Jürgen	09:30 - 10:30 Mountain Rosa 10:45 - 11:45 Einsteiger Rosa 17:00 - 18:00 Mixed Class Caro	09:30 - 10:30 Einsteiger ☺ Kathrin 10:45 - 11:45 Intervall ☺ Kathrin
Yogaraum	09:30 - 10:30 Yoga meditativ ☺ Eva 18:30 - 19:30 Yin Yoga Eva	16:15 - 17:00 Kinder Yoga (6-10 Jahre) Sabine 17:30 - 18:30 Yoga Stretch Eva 18:45 - 19:45 Yoga sensitive Dani	06:30 - 07:30 Yoga sensitiv Oliver 18:30 - 19:30 Yoga sensitive Sandra H.	08:45 - 09:45 Yoga intensiv Sabine 17:15 - 18:15 Yoga sensitive Eva	08:30 - 09:30 Yoga meditativ ☺ Sabine 18:15 - 19:15 Yoga intensiv Luba	17:00 - 18:00 Yoga sensitiv Oliver	09:00 - 10:00 Yoga sensitiv ☺ Sabine 10:15 - 11:15 Yoga intensiv ☺ Sabine 17:00 - 18:00 Yin Yoga Eva
Functional	09:30 - 10:15 BodyCross ☺ Jutta 17:15 - 18:00 BodyCross Tina 18:30 - 19:15 BodyCross Chris	17:30 - 18:15 BodyCross Lucy 18:30 - 19:15 BodyCross Lucy	18:00 - 18:45 BodyCross Markus / Florian 19:00 - 19:45 BodyCross Sylvia	09:30 - 10:15 BodyCross Jutta 18:00 - 19:00 Functional Training Mando 19:00 - 20:00 Functional Training Outdoor Treffpunkt ist im Studio! Mando Weitere Infos in der App	16:00 - 16:45 BodyCross Tina 17:00 - 17:45 BodyCross Tina	09:30 - 10:15 BodyCross Kevin 10:30 - 11:15 Youngletics (14-17 Jahre) Kevin	FREIES TRAINING
Outdoor			18:00 Laufgruppe Rosa & Kathrin 18:30 Nordic Walking am Seehaus/ Baggersee Nicole	18:00 - Open End Beachvolleyball Start: Ende Mai (wetterabhängig) Holger & Helge Weitere Infos in der App 19:00 - 20:00 Functional Training Outdoor Treffpunkt ist im Studio! Mando Weitere Infos in der App	11:15 - 12:15 Yoga im Pius Park (wetterabhängig) Sabine Weitere Infos in der App		