

Feiertagsprogramm Allerheiligen Samstag, 01. November 2025

Öffnungszeiten: 8-21 Uhr · Kinderbetreuung 9-12:30 Uhr

Raum 1

09:00 – 10:15 **MEGA Toning** 75 Min..... Catherina

10:15 – 10:45..... **Mobility Workout 300 Reps** 30 Min Betti

LesMills-Triathlon*

16:00 – 17:00 **Body Pump** LES MILLS **BODYPUMP** Marie & Sylvia

17:15 – 18:00 **Body Attack** LES MILLS **BODYATTACK** Marie & Sylvia

18:15 – 19:15 **Body Combat** LES MILLS **BODYCOMBAT** Dennis & Julia

Raum 2

10:30 – 11:30 **Yin Yoga** Fokus entspannter Rücken Larissa

15:45 – 16:45 **Yoga & Ayurveda** für die kalte Jahreszeit Lubica

17:00 – 18:00 **Pilates Power & Balance** mit Pilatesrolle .. Lubica

Indoor Cycling

09:45 – 10:45 **GLA** „Into Darkness“ Manu

11:00 – 12:15 **Basic Intervalls** 75 Min Betti

LesMills-Triathlon

Auf alle Triathlon Finisher wartet eine Belohnung –
lasst Euch überraschen!

*** Bitte alle Kurse über unsere LIFEPARK MAX App buchen ***

Wir wünschen einen schönen Feiertag.