

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.30 - 10.15 *Reha Fit	9.45 - 10.50 Parkinson 1	9.30 - 10.30 Body Workout		9.30 - 10.30 Zumba		10.30 - 11.30 Sonntagsmix
10.15 - 11.15 Starker Rücken	10.55 - 12.00 Parkinson 2					
					15.00 - 16.00 Zumba	
17.30 - 18.45 Boxen	18.15 - 19.15	17.30 - 19.00 Boxen	18.00 - 18.45			
18.45 - 19.45 Hot Iron	Step 19.15 - 20.15	19.00 - 19.45 Langhantel	*Reha Fit 19.00 - 20.00	18.30 - 19.30		
	Yoga 20.15 - 21.15	19.50 - 20.50 Indoor Cycling	Zumba 20.00 - 20.45	WS-Gymnastik		
19.50 - 20.50 Indoor Cycling	NEU Zumba		Rückenfit			



Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Fr.	09.00 - 22.00 Uhr
Di., Do.	15.00 - 22.00 Uhr
Sa.	14.00 - 19.00 Uhr
So.	10.00 - 16.00 Uhr

Feiertage je nach Vereinbarung