

# Kursplan



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Fitness Ampel §20 9:00 - 10:00 Uhr		Fitness Ampel §20 9:00 - 10:00 Uhr	Faszien 8:30 - 9:30 Uhr		
	Yoga 9:00 - 10:00 Uhr		WSG 9:45 - 10:45 Uhr	Fit Mix 9:30 - 10:25 Uhr		Fit Mix 10:30 - 11:30 Uhr
	Pilates 10:15 - 11:15 Uhr					
	HIIT 18:00 - 19:00 Uhr					
Faszien 17:30 - 18:15 Uhr	Step 18:00 - 19:00 Uhr	World Jumping 18:30 - 19:30 Uhr	Cross Training 18:30 - 19:30 Uhr	Cross Training 18:30 - 19:30 Uhr	BBP 18:30 - 19:30 Uhr	
Functional Fitness 18:30 - 19:30 Uhr	Fitness Boxen 19:00 - 21:00 Uhr	Cross Training 18:30 - 19:30 Uhr	Cross Training 18:30 - 19:30 Uhr	Langhantel 19:00 - 20:00 Uhr		
Zumba 18:30 - 19:30 Uhr	Pilates 19:00 - 20:00 Uhr	TRX 19:00 - 20:00 Uhr	Langhantel 19:00 - 20:00 Uhr	Fitness Boxen 19:30 - 21:00 Uhr		
Indoor Cycling 18:45 - 19:45 Uhr	five (§20) 20:00 - 21:00		five (§20) 20:00 - 21:00			
Jumping 19:30 - 20:30 Uhr						

Kursraum 1 | Kursraum 2 | Club 22 | Trainingsfläche