

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 08.45 - 09.45 Uhr Bauch intensiv/ Rückenfit (Elena) | 09.15 - 10.15 Uhr Pilates (Karina) | 09.10 - 10.10 Uhr Pilates (Karina) | 09.00 – 10.00 Uhr Bauch intensiv/ Rückenfit (Elena) | 09.15 - 10.15 Uhr Pilates (Karina) | 09.30 - 10.45 Uhr Power Yoga (Angelika/Kerstin) | |
| 09.50 - 10.50 Uhr Mobility/Stretch (Elena) | 10.20 - 11.20 Uhr Hatha Yoga (Kerstin) | 10.20 - 11.20 Uhr Indoor-Cycling (Karina) | 10.00 – 11.00 Uhr Mobility/Stretch (Elena) | 10.25 - 11.25 Uhr Flexibar (Karina) | | 10.00 - 11.15 Uhr Power Yoga (Angelika/Kerstin) |
| 10.15 - 11.00 Uhr Aqua Bike (Eugen) | 10.30 - 11.00 Uhr Aqua-Zumba (Mayra) | 10.30 - 11.00 Uhr Aqua-Fitness (VitaSpa) | | 10.30 - 11.00 Uhr Aqua-Fitness (VitaSpa) | 13.00 - 14.00 Uhr Les Mills BodyPump (Sabine) | |
| | | | | | 14.15 - 15.00 Uhr Les Mills BodyBalance (Sabine) | |
| 16.15 - 17.30 Uhr Yoga (Kerstin) | 17.00 - 17.45 Uhr Jumping (Camilla) | | | 16.30 - 17.15 Uhr Zirkeltraining (Cara) | <p style="text-align: center;"><u>Öffnungszeiten:</u></p> <p>Mo.-Fr. 07.00 – 21.00 Uhr Sa. 09.00 – 18.00 Uhr So. 09.00 – 18.00 Uhr +Feiertage</p> <p style="text-align: center;">Tel.: 04503-352626</p> | |
| 17.45 - 18.45 Uhr Indoor-Cycling (Tina) | 17.50 – 18.50 Uhr Bodyworkout (Camilla) | 17.50 - 18.50 Uhr Zumba (Anni) | 17.30 - 18.30 Uhr Bauch intensiv/ Rückenfit (Maximilian) | 17.30 - 18.15 Uhr Jumping (VitaSpa) | | |
| 18.55 - 19.55 Uhr Bodyworkout (Tina) | 18.50 – 19.50 Uhr Faszien / Mobilität (Klaus) | 19.00 - 20.15 Uhr Les Mills BodyPump (Sabine) | 18.45 - 19.30 Uhr Indoor-Cycling (Maximilian) | 18.30 - 20.00 Uhr Zumba-Salsa (Mayra) | | |