



Kursplan

Öffnungszeiten
 Mo, Mi, Do
 Di, Fr
 Samstag
 Sonn- & Feiertage

09:00 – 22:00 Uhr
 08:00 – 22:00 Uhr
 14:00 – 20:00 Uhr
 09:00 – 19:00 Uhr

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag
Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II		
09.15-10.15 Equipment Fit Amelie		09.00-10.00 Rückenkraft ohne Boden Karola		09.15-10.15 Wirbelsäule Karola		09.15-10.15 Pure Body Amelie	09.15-10.00 Starke Füße Starker Rücken mit Sabine Froschauer	10.00 - 10.45 Fit von Kopf bis Fuss Regina			
10.15-11.15 Mixed Mobility Amelie		10.15-10.45 Wassergym Karola		10.30-11.00 Wassergym Karola		10.15-11.15 Mixed Mobility Amelie		11.00 - 11.30 Wassergym Regina			
MARTINA: 18.00-18.45 PILATES & YOGA		18.15-19.15 TRX Christine		17.00-20.00 LineDance Christl	18.15-19.15 FITworks Christine	18.15-19.30 Indoorcycling Martina	18.00-19.00 ZUMBA				
18.45-19.30 ZANDUNGA			18.30-19.45 Yoga Manuela		19.30-20.30 MixxedFit Sandra	19.30-20.30 FASZIEN Regina		18.00-19.00 Faszien Regina			
19.30-20.30 Wirbelsäule		19.30-20.30 Indoorcycling Trainer									

5/4/26

