

Herbstkursplan 2021 ➔ Änderung gültig ab 20.09.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:50 Latin Moves	09:00 - 09:50 Zumba	09:00 - 09:50 Bodystyling	09:00 - 09:50 Total Body Conditioning	09:00 - 09:50 Powerworkout		
10:00 - 10:50 Power Pilates	10:00 - 10:50 Body Fit	10:00 - 10:50 Step Aerobic	10:00 - 10:50 Rücken Fit	10:00 - 10:50 Pilates		10:00 - 10:50 Powerworkout
	11:00 - 12:00 Indoor Cycling*	11:00 - 11:45 Rücken Fit				11:00 - 11:50 Body Fit
17:00 - 17:50 Musclepower	17:20 - 18:50	16:30 - 17:30 KinderYoga <small>Mindestteilnehmer 5 Kinder</small>	17:00 - 17:50 Bodystyling		17:30-19:00	
18:00 - 18:50 Fatburner-Moves	Yoga	18:00 - 18:50 Musclepower	18:00 - 18:50 Pilates	18:00 - 19:30 Yoga	Musclepower	
19:00 - 20:00 Tabata Workout	19:00 - 20:00 Yoga	19:00 - 19:50 TaeBo				
19:00 - 20:00 Indoor Cycling*			20:15 - 21:15 Boxen			

grau hinterlegte Stunden finden in Halle 2, mit max. 10 Teilnehmern statt / alle Kurse starten ab 3 Teilnehmern.
Maximale Teilnehmerzahl in Halle 1 sind 16 Personen / Teilnahme nur mit **vorheriger Kursanmeldung**.

* nur mit Reservierung bis 24 Std. vorher / Bikes werden zu Kursbeginn für wartende Teilnehmer freigegeben.

In den Kursräumen ist ein Abstand von 3 m zum nächsten Kursteilnehmer einzuhalten.



Telefon Fitness: 089/786049