

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	07:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche	07:00 Uhr Bauch/Rücken (20 Min.) Trainingsfläche	07:00 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche			
09:30 Uhr Bauch/Rücken (30 Min.) Trainingsfläche	09:30 Uhr Core X-Press (30 Min.) Kursraum	09:30 Uhr Cycle Level I-II Cycling Raum	09:00 Uhr Yoga Kursraum	09:30 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche 09:30 Uhr Workout Kursraum	09:45 Uhr LesMills GRIT Strength (30 Min.) Kursraum	
10:00 Uhr Cycle Level I-II Cycling Raum	10:00 Uhr Yoga Kursraum	10:30 Uhr Yoga (90) (90 Min.) Kursraum	10:00 Uhr LesMills RPM (45 Min.) Cycling Raum 10:45 Uhr Les Mills SPRINT (30 Min.) Cycling Raum	10:15 Uhr Les Mills SPRINT (30 Min.) Cycling Raum 10:30 Uhr Core X-Press (30 Min.) Kursraum	10:00 Uhr LesMills RPM Cycling Raum 10:30 Uhr LesMills CXWORX (30 Min.) Kursraum	10:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum
11:00 Uhr Yoga Kursraum					11:00 Uhr LesMills LMI STEP Kursraum 11:00 Uhr LesMills RPM (45 Min.) Cycling Raum	11:00 Uhr Cycle Level II Cycling Raum 11:00 Uhr LesMills BODYCOMBAT (30) (30 Min.) Kursraum
	12:30 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche		12:30 Uhr Bauch/Rücken (30 Min.) Trainingsfläche		12:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum 12:00 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche	12:00 Uhr Wirbelsäule Kursraum 12:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche
		13:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche			13:15 Uhr LesMills BODYJAM Kursraum	
						15:00 Uhr LesMills TONE Kursraum
	16:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum			16:30 Uhr LesMills CXWORX (30 Min.) Kursraum		16:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum
17:00 Uhr LesMills CXWORX (30 Min.) Kursraum 17:30 Uhr deepWORK -	17:00 Uhr Bauch X-Press (30 Min.) Trainingsfläche 17:30 Uhr Cycle Level II-III Cycling Raum	17:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum	17:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum	17:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum 17:00 Uhr LesMills RPM Cycling Raum		17:00 Uhr Zumba Fitness® Kursraum 17:15 Uhr Les Mills SPRINT (30 Min.) Cycling Raum

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>18:00 Uhr Cycle Level I-II (45 Min.) Cycling Raum</p> <p>18:00 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche</p> <p>18:30 Uhr LesMills BODYCOMBAT Kursraum</p> <p>18:45 Uhr Cycle Level II-III (45 Min.) Cycling Raum</p>	<p>18:00 Uhr Wirbelsäule Kursraum</p> <p>18:00 Uhr Zirkeltraining (30 Min.) Trainingsfläche</p>	<p>18:00 Uhr LesMills RPM (45 Min.) Cycling Raum</p> <p>18:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche</p> <p>18:00 Uhr LesMills GRIT SERIES (30 Min.) Kursraum</p> <p>18:30 Uhr LMI STEP X-Press (45 Min.) Kursraum</p> <p>18:45 Uhr Les Mills SPRINT (30 Min.) Kursraum</p>	<p>18:00 Uhr LesMills BODYCOMBAT Kursraum</p> <p>18:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche</p> <p>18:30 Uhr Cycle Level II-III Cycling Raum</p>	<p>18:00 Uhr LesMills BODYATTACK Kursraum</p> <p>18:00 Uhr Cycle Level II (90 Min.) Cycling Raum</p> <p>18:00 Uhr Zirkeltraining (20 Min.) Trainingsfläche</p>		<p>18:00 Uhr LesMills BODYBALANCE Kursraum</p>
<p>19:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche</p> <p>19:30 Uhr LesMills GRIT Strength (30 Min.) Kursraum</p>	<p>19:00 Uhr LesMills BODYATTACK Kursraum</p>	<p>19:15 Uhr LesMills BODYBALANCE Kursraum</p>	<p>19:00 Uhr LesMills BODYJAM Kursraum</p> <p>19:00 Uhr Bauch X-Press (15 Min.) Trainingsfläche</p>	<p>19:15 Uhr Yoga (90) (90 Min.) Kursraum</p>		
<p>20:15 Uhr LesMills BODYBALANCE Kursraum</p>	<p>20:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum</p>		<p>20:00 Uhr LesMills BODYBALANCE Kursraum</p>			