

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		08:00 Uhr Morning Class (30 Min.) Trainingsfläche				
	09:00 Uhr Pilates Kursraum	09:00 Uhr Zumba Fitness® Kursraum	09:00 Uhr Workout Kursraum	09:00 Uhr Callanetics Kursraum	09:30 Uhr Saturday Specials Kursraum	
10:00 Uhr Workout Kursraum 10:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche	10:00 Uhr Pilardio (30 Min.) Kursraum	10:00 Uhr BOP Kursraum	10:00 Uhr Yoga Kursraum	10:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche 10:00 Uhr Step Basic Kursraum	10:30 Uhr Cycle Level I-II Cycling Raum 10:30 Uhr Saturday Specials Kursraum	
11:00 Uhr Stretch & Relax (30 Min.) Kursraum		11:00 Uhr Faszientraining (30 Min.) Kursraum	11:00 Uhr Cycle Level I-II Cycling Raum		11:30 Uhr Cycle Level II Cycling Raum 11:30 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum	11:00 Uhr Cycle Level I - II Cycling Raum 11:00 Uhr Sunday Specials Kursraum
						12:00 Uhr Cycle Level II - III Cycling Raum 12:00 Uhr Sunday Specials Kursraum
17:00 Uhr Callanetics Kursraum	17:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum		17:00 Uhr Rücken Fit Kursraum			
18:00 Uhr Step I Kursraum 18:00 Uhr Cycle Level I Cycling Raum	18:00 Uhr Cycle Level II Cycling Raum 18:00 Uhr Workout Kursraum	18:00 Uhr Cycle Level II Cycling Raum 18:00 Uhr Piloxing Kursraum	18:00 Uhr Workout Kursraum	18:00 Uhr Cycle Level I-II Cycling Raum 18:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum		
19:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum 19:00 Uhr Cycle Level II Cycling Raum 19:00 Uhr AMRAP Zirkel (30 Min.) Trainingsfläche	19:00 Uhr Rücken Fit Kursraum 19:00 Uhr HIIT Training (30 Min.) Trainingsfläche	19:00 Uhr Cycle Level I Cycling Raum 19:00 Uhr LesMills BODYPUMP Kursraum 19:00 Uhr Variosling (30 Min.) Trainingsfläche	19:00 Uhr Faszientraining Kursraum 19:00 Uhr Mobility Training (15 Min.) Trainingsfläche	19:00 Uhr Bauch (30 Min.) Kursraum		
20:00 Uhr Zumba Fitness® Kursraum	20:00 Uhr Yoga Kursraum	20:00 Uhr Bauch (30 Min.) Kursraum				