

Montag Raum 1	Dienstag Raum 1	Mittwoch Raum 1	Donnerstag Raum 1	Freitag Raum 1	Samstag Raum 2
		8.00 - 9.15 Uhr NordicWalking <i>Wolfgang</i>			10.00 - 11.00 Uhr Indoor Cycling <i>Traudl</i>
9.30 - 10.30 Uhr WSG <i>Georgia</i>	9.30 - 10.30 Uhr Bodyfit <i>Traudl/Heike*</i>	9.30 - 10.30 Uhr All in one <i>Karen</i>	9.30 - 10.15 Uhr Zumba <i>Traudl</i>	9.30 - 10.30 Uhr Dance <i>Toni</i>	Raum 1 10.00 - 11.00 Uhr Taekwondo <i>Otto</i>
10.30 - 11.30 Uhr Iron System <i>Georgia</i>	10.30 - 11.00 Uhr Bauch Spezial <i>Traudl/Heike*</i>	10.30 - 11.30 Uhr WSG / Pilates <i>Karen</i>	10.15 - 11.00 Uhr Long Iron <i>Traudl</i>	10.30 - 11.15 Uhr Zumba <i>Toni</i>	11.15 - 12.15 Uhr Power Hour <i>Traudl</i>
					16.00 - 17.00 Uhr Bodyfit <i>Heike*</i>
					17.00 - 17.30 Uhr Bauch Spezial <i>Heike*</i>

**Sonntag
Raum 1**

18.00 - 18.30 Uhr Jump <i>Traudl</i>	18.00 - 19.00 Uhr Step & Weights <i>Traudl</i>	18.00 - 19.00 Uhr X-Do <i>Traudl</i>		17.00 - 18.15 Uhr Power Attack <i>Traudl</i>	
18.30 - 19.30 Uhr Workout <i>Traudl</i>	19.00 - 20.15 Uhr Yoga <i>Inge</i>	19.00 - 20.30 Uhr Bodyart <i>Bea</i>		18.15 - 19.00 Uhr Pilates <i>Traudl</i>	09.30 - 10.30 Uhr Surprise <i>variabel*</i>
19.30 - 20.15 Uhr Zumba <i>Toni</i>	Areal Fitness 19.45 - 20.30 Uhr Zirkel <i>Traudl</i>		19.00 - 20.00 Uhr Workout <i>Susanne</i>		10.30 - 11.00 Uhr Bauch + Stretch <i>variabel*</i>
20.15 - 21.00 Uhr Bauch Beine Po <i>Toni</i>			20.00 - 20.15 Uhr Stretching <i>Susanne</i>		

Raum 2	Raum 2	Raum 2	Raum 2		
19.00 - ??:?? Uhr Rad-Treff ** Indoor Cycling <i>Alois</i>	19.00 - 19.45 Uhr Zumba <i>Traudl</i>	19.30 - 20.30 Uhr Taekwondo <i>Otto</i>	19.00 - 20.00 Uhr Indoor Cycling <i>Traudl</i>		



* Bitte Aushang beachten
** Teilnahme auf eigenes Risiko!

HINWEIS: Die Kurse finden ab 3 Teilnehmern statt.

Stand: 01.05.2012

Öffnungszeiten:

Mo+Mi 08.00-22.30
Sa/So 09.00-20.00

Di,Do,Fr 09.00-22.30

Kinderbetreuung:

DI, FR & SO 09.00-12.00, SA 15.45-18.15