

## Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 9 - 20 Uhr  
 Samstag 10 - 15 Uhr  
 Sonntag 10 - 14 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 Walking	09:30 Fatburner	09:15 Walking	09:30 Fatburner	09:30 Step Anfänger		
10:30 Reha	11:00 RBG	10:15 Body	11:00 RBG	10:30 Zumba	10:30 Fatburner	10:30 Stretch
11:15 BOP	11:15 Yoga	11:15 Reha	11:15 Yoga	11:30 Yoga	11:30 BOP	11:30 Pilates
13:00 Stretch	13:00 Stretch	13:00 Stretch	13:00 Stretch	13:00 Stretch	12:30 Yoga	12:30 BOP
14:00 BodyFit	14:00 Rücken	14:00 Funtion	14:00 Straffe Arme	14:00 BOP	14:30 Bauch	
15:15 Yoga	15:00 Aerobic 50+	15:30 Funk	15:00 Rücken-Fit	15:00 Aerobic 50+		
16:30 Aerobic A	16:15 Pilates	16:15 Mobil	16:00 Pilates	16:00 Pilates A		
17:15 RBG	17:30 Reha	17:15 Stretch	17:15 RBG	17:00 BOP		
18:15 BodyMix	18:15 Rücken	18:30 Zumba		18:00 NEU YOGA		
19:30 Zumba						

## Infrarot-Sauna

nach Bedarf

\*RBG = Rückenbildungsgymnastik

\*SWS-Gym = Schwangerschaftsgymnastik