

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG FREITAG

SONNTAG

10:00 - 11:00 UHR RÜCKENFIT I S I Susanne	09:00 - 10:00 UHR BODYBALANCE S I Anja	09:00 - 10:00 UHR RÜCKENFIT II S I Manu	09:00 - 10:00 UHR BODYPUMP® S I Manu	09:00 - 10:00 UHR BODYWORKOUT S I Manu	10:30 - 11:30 UHR BODYPUMP® S I Team Looms
17:00 - 18:00 UHR BODYPUMP® S I Manu	10:00 - 11:00 UHR YIN YOGA S I Anja	10:00 - 11:00 UHR SOFT CYCLING S IV Susanne	10:15 - 11:15 UHR INDOOR CYCLING S IV Manu	10:00 - 11:00 UHR YOGA S III Luciana	11:45 - 12:45 UHR INDOOR CYCLING S IV Roy
18:00 - 19:00 UHR STEP S I Sven	17:00 - 18:00 UHR JUMPING MEETS BODYWORKOUT S I Paula	17:00 - 18:15 UHR YOGA S I Anja	17:00 - 17:45 UHR CEREMONY STUDIO S III Christoph	17:00 - 17:45 UHR JUMPING S IV Paula	11:45 - 12:45 UHR BODYCOMBAT S I Simon
18:00 - 19:00 UHR BODYWORKOUT S III Christine	18:00 - 19:00 UHR CEREMONY FLÄCHE TF Paula	17:30 - 18:15 UHR TABATA S IV Paula	18:00 - 19:00 UHR BODYPUMP® S I Christoph	17:00 - 18:00 UHR BODYPUMP® S I Andrea	13:00 - 13:45 Uhr CEREMONY STUDIO S I Simon
18:15 - 19:15 UHR INDOOR CYCLING S IV Christoph	18:00 - 19:00 UHR RÜCKENFIT II S I Susanne	18:15 - 19:15 UHR YIN YOGA S I Anja	19:00 - 20:00 UHR BODYCOMBAT® S I Christoph	18:00 - 19:00 UHR BODYATTACK S I Andrea	
19:00 - 20:00 UHR RÜCKENFIT II S I Christine	18:15 - 18:45 UHR LES MILLS CORE S III Andrea	18:30 - 19:30 UHR INDOOR CYCLING S IV Helge		18:00 - 19:00 Uhr INDOOR CYCLING S IV Roy	
	19:00 - 20:00 UHR BODYATTACK S I Andrea				
	19:00 - 19:45 UHR DANCE AEROBIC S III Sven				
	19:00 - 20:00 UHR INDOOR CYCLING S IV Jürgen				
	20:00 - 20:45 UHR BODYPUMP® S I Sven				

KURSPLAN
(GÜLTIG AB 17. AUGUST 2026)

