KURSPLAN

Fitness First

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30 HealthyFit 60 min Kursraum	09:00 Rehasport 45 min Kursraum	09:00 Rehasport 45 min Kursraum	8:30 Yoga Variation 60 min Kursraum	09:00 Rehasport 45 min Kursraum		10:00 BodyStyling 60 min Kursraum
16:00 Rehasport 45 min Kursraum	17:30 BodyStyling 45 min Kursraum	16:00 Rehasport 45 min Kursraum	09:35 FaszienFit 60 min Kursraum	10:00 Rehasport 45 min Kursraum		
17:00 Rehasport 45 min Kursraum	18:20 Hula-Hoop 40 min Kursraum	17:00 Rehasport 45 min Kursraum	17:00 Rehasport 45 min Kursraum	18:30 Langhantel Workou 60 min Kursraum		
18:00 Piloxing 55 min Kursraum	19:05 Yoga Variation 60 min Kursraum	18:00 Yoga Variation 60 min Kursraum	18:00 Rehasport 45 min Kursraum	19:30 Core X-press 30 min Kursraum		
19:00 Zumba 60 min Kursraum		19:00 Queenax 45 min Queenax	19:00 BBP 45 min Kursraum			
		19:50 HealthyFit 30 min Queenax				

Öffnungszeiten

Mo-Fr: **06-23 Uhr**

Sa: **10-19 Uhr**

So: **09-18 Uhr**