KURSPLAN

Fitness First

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
18:00 Les Mills Grit Streng 30 min Kursraum	09:00 Pilates 45 min Kursraum	10:00 RehaSport 45 min Kursraum		09:00 Pilates 45 min Kursraum		
	10:00 VinyasaYoga 45 min Kursraum	11:00 JumpingFitness 45 min Kursraum		10:00 Yaga Variation 45 min Kursraum		
	11:00 Qi Gong 45 min Kursraum	17:00 Pilates 45 min Kursraum		11:00 Qi Gong 45 min Kursraum		
	19:30 Bodyfit H.I.I.T 60 min Kursraum	17:45 VinyasaYoga 45 min Kursraum		16:15 JumpingFitness 45 min Kursraum		
				17:05 RückenFit 45 min Kursraum		
				18:00 RehaSport 45 min Kursraum		

Öffnungszeiten

Mo-Fr: **08-22 Uhr**

Sa: **10-18 Uhr**

So: **10-18 Uhr**