

gültig ab 25.03.2024

ENJOY THE  
FEELING

# KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
08:00 - 09:00 <sup>A</sup> Good MorningYoga Carmen	07:15 - 08:00 <sup>A</sup> Cycling Iris	09:30 - 10:15 <sup>A</sup> Rücken Fit Anja	09:00 - 10:00 <sup>A</sup> Hatha Yoga Kristina	09:30 - 10:30 <sup>A</sup> Best Ager Linda	10:15 - 11:15 <sup>A</sup> Body Intensiv Nina
09:00 - 10:00 <sup>A</sup> Power Yoga Carmen	09:00 - 10:00 <sup>A</sup> Body Complete Iris	10:15 - 11:00 <sup>A</sup> Stretch Relax Anja	10:00 - 11:00 <sup>A</sup> Tanzfit Kristina		11:15 - 12:00 <sup>A</sup> Stretch Nina
10:00 - 11:00 <sup>A</sup> Faszien Carmen	10:00 - 10:45 <sup>A</sup> Body Stretch Iris				<sup>NEU</sup> 12:00 - 13:00 <sup>A</sup> Vinyasa Yoga Shabnam
	16:30 - 17:30 <sup>A</sup> Yoga Eva	17:30 - 18:30 <sup>A</sup> Cycling Valentina	16:30 - 17:25 <sup>A</sup> Cycling Carmen	17:30 - 18:30 <sup>A</sup> Tabata Valentina	
17:30 - 18:30 <sup>A</sup> Body Complete Iris	17:30 - 18:30 <sup>A</sup> Body Complete Nina	18:30 - 19:00 <sup>A</sup> HIT Julia	17:30 - 18:30 <sup>A</sup> Body intensiv Nina	18:30 - 19:15 <sup>A</sup> Boxout Rick	09:30 - 10:25 <sup>A</sup> Cycling Dieter/Valentina/Peter
18:30 - 19:30 <sup>F</sup> Tabata Iris	18:30 - 19:30 <sup>A</sup> Zumba Elvira	19:00 - 19:45 <sup>A</sup> Body Complete Julia	18:30 - 19:30 <sup>A</sup> Rücken+Stretch Nina	19:15 - 20:15 <sup>A</sup> Power Pilates Kristina	10:30 - 11:30 <sup>A</sup> Boxout Rick
19:30 - 20:30 <sup>A</sup> Pilates Kristina	19:30 - 20:30 <sup>A</sup> Boxout Rick	19:45 - 20:15 <sup>A</sup> Stretch Julia	19:30 - 20:30 <sup>A</sup> Zumba Elvira	20:15 - 21:00 <sup>A</sup> Yin Yoga Kristina	11:30 - 12:30 <sup>A</sup> Yoga Shabnam

## ÖFFNUNGSZEITEN

Mo - Fr: 07:00 - 22:00 Uhr  
Sa, So, Feiertage: 09:00 - 20:00 Uhr

## LEVEL

- <sup>A</sup> Für Alle
- <sup>E</sup> Für Einsteiger
- <sup>F</sup> Für Fortgeschrittene

An Feiertagen Kurse nach Aushang