

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

09:00 – 10:00 Uhr  
**BBP**

10:00 – 11:00 Uhr  
**CIRCLE FITNESS**

09:00 – 10:30 Uhr  
**POWER YOGA**

09:00 – 10:00 Uhr  
**Body Balance**

09:00 – 10:00 Uhr  
**BODYFORMING**

10:00 – 11:00 Uhr  
**FEEL YOUNG**  
Pilates/ Rücken

10:00 – 11:00 Uhr  
**YIN-YOGA**

**Ab dem 21.08.2018**

Kinder Training  
15:15 - 16:15 Uhr **NEU**  
Mini Scorpions 3-7 Jahre

17:15 – 18:15 Uhr  
**SONGUKU**  
Kinder Athletik  
Geschlossene Gruppe

16:30 - 17:30 Uhr  
Mini Scorpions 8-13 Jahre

14:00 – 15:00 Uhr  
**WS-GYMNASTIK**

17:30 – 18:30 Uhr  
**AEROBIC/BBP**

17:30 - 18:30 Uhr  
**FLOW YOGA**

18:00 – 19:00 Uhr   
**ZUMBA FITNESS**

18:30 – 19:30 Uhr   
**ZUMBA FITNESS**

18:30 – 19:30 Uhr  
**ZUMBA FITNESS**

19:00 – 20:00 Uhr  
**WS-GYMNASTIK**

19:00 – 20:00 Uhr  
**BODY-WORKOUT**

19:30 – 21:00 Uhr  
**FUNCTIONAL BOXEN**



20:00 – 21:30 Uhr  
**FUNCTIONAL BOXEN**



**ÖFFNUNGSZEITEN**

Montag	07:00 – 22:00	Donnerstag	07:00 – 22:00
Dienstag	07:00 – 22:00	Freitag	07:00 – 22:00
Mittwoch	07:00 – 22:00	Sa/Sonntag	09:00 – 20:00

**INTENSITÄT**

*	Basic
**	Medium
***	Advanced