



Wir machen deine Fitness zum Programm.



Kurs auf ein neues Lebensgefühl!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00 - 08:00 Bodyworkout		07:00 - 08:00 Good Morning Yoga				
09:00 - 10:00 Babyturnen*	10:00-11:00 Rückbildung Intensiv*		09:15 - 10:00 Rücken Fit	10:00 - 11:00 MamiFit*	10:00 - 11:00 Hot Iron II™	10:00 - 11:30 Hatha Yoga
10:00 - 10:45 Kinderturnen*		10:00 - 11:00 MamiFit *	10:00 - 11:00 PapiFit*	11:15 - 12:15 Fit mit Babybauch*	11:00 - 11:30 PowerBauch	11:30 - 12:00 BodyFit
		11:15- 12:15 MamiFit *	11:00 - 12:00 Krabbelgruppe*			
15:45 - 16:30 Kinderturnen*	15:30 - 16:30 MamiFit*					
16:30 - 17:30 Kinderturnen*	18:00 - 18:30 Rücken Express	16:00 - 16:45 Kinderturnen*	17:00 - 18:00 Fit mit Babybauch*			18:00 - 19:00 HIT-Workout
18:00 - 19:30 Power Yoga I	18:30 - 19:30 ZUMBA®	17:00 - 17:45 Core Training	18:00 - 19:00 STRONG by Zumba®			19:00 - 19:30 Mobility
19:30 - 20:30 BodyArt® Strength	19:30 - 20:30 Piloxing®	18:30 - 19:30 Hot Iron I	19:00 - 20:00 Dynamic Pilates	18:00 - 18:45 Tabata-Training		
20:30 - 21:30 KickFit	20:30 - 21:00 Stretch & Relax	19:30 - 21:00 Power Yoga II	20:00 - 21:00 DeepWork®	18:45 - 19:00 Stretch		

Legende

- Cardio
- Kräftigung
- Body & Mind
- Yoga
- Mama & Baby
- Funktionelles Training
- Kids
- * Anmeldung erforderlich