

## KURSRAUM 1 - GROUP FITNESS

hier finden alle Live- Kurse mit unseren TrainerInnen statt

KURSRAUM 1	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
08:00 - 09:00							
09:00 - 10:00	<b>BBPR</b> 09:00 - 10:00	<b>YOGA</b> 09:00 - 10:30	<b>RÜCKENFITNESS</b> 09:00 - 10:00		<b>YOGA</b> 09:00 - 10:30		<b>BODYCOMBAT</b> 09:15 - 10:00
10:00 - 11:00	<b>CXWORX</b> 10:00 - 10:30		<b>BODYBALANCE</b> 10:00 - 11:00	<b>ZUMBA</b> 10:00 - 11:00			<b>BODYPUMP</b> 10:00 - 11:00
11:00 - 12:00							<b>BODYBALANCE</b> 11:00 - 12:00
15:00 - 16:00					<b>CXWORX</b> 15:30 - 16:00		
16:00 - 17:00					<b>BODYPUMP</b> 16:00 - 17:00		
17:00 - 18:00	<b>BODYPUMP</b> 17:30 - 18:30	<b>BBPR</b> 17:30 - 18:30	<b>RÜCKENFITNESS</b> 17:00 - 18:00		<b>ZUMBA</b> 17:00 - 18:00		
18:00 - 19:00	<b>BODYCOMBAT</b> 18:30 - 19:30	<b>BODYPUMP</b> 18:30 - 19:30	<b>ZUMBA</b> 18:00 - 19:00	<b>CXWORX</b> 18:00 - 18:30			
19:00 - 20:00	<b>ZUMBA</b> 19:30 - 20:30	<b>BODYBALANCE</b> 19:30 - 20:30		<b>BODYCOMBAT</b> 18:40 - 19:40			
20:00 - 21:00							

## KURSRAUM 2 - INDOOR CYCLING

hier finden den ganzen Tag Cyber- Kurse statt. Alle Live- Kurse mit unseren TrainerInnen findest Du unten.

KURSRAUM 2	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
11:00 - 12:00							
12:00 - 13:00							<b>ALF LIVE</b> (Nur für Anfänger) 12:30 - 13:30
13:00 - 14:00							<b>ALF LIVE</b> (Fortgeschrittene) 13:30 - 14:30
14:00 - 15:00							
17:00 - 18:00					<b>SIMON LIVE</b> 17:00 - 18:00		
18:00 - 19:00			<b>JENS T. LIVE</b> 18:00 - 19:00				
19:00 - 20:00	<b>JENS D. LIVE</b> 19:30 - 20:30			<b>ANDRE LIVE</b> 19:00 - 20:00			
20:00 - 21:00		<b>ALF LIVE</b> 20:00 - 21:00					
21:00 - 22:00							