

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 – 10:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP HEAVY Studio 2	08:15 – 09:15 Uhr CYCLING C-Raum	08:15 – 09:00 Uhr JUMPING Studio 2	08:30 – 09:15 Uhr SYNRGY Fläche	07:00 – 08:00 Uhr CYCLING C-Raum	09:00 – 10:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2	10:00 – 11:00 Uhr SPECIAL Siehe Aushang
10:45 – 12:00 Uhr YOGA Studio 1	10:00 – 11:00 Uhr ZUMBA® Studio 2	09:30 – 10:30 Uhr POWER WIRBELSÄULE Studio 1	09:30 – 10:15 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 2	09:30 – 10:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP HEAVY Studio 2	10:05 – 11:05 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1	10:15 – 10:30 Uhr CYCLING EINWEISUNG EINSTEIGER C-Raum
	10:00 – 10:45 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 1	10:00 – 10:45 Uhr AQUA Pool	09:30 – 10:30 Uhr WIRBELSÄULE Studio 1	09:00 – 10:00 Uhr GESUNDHEITSKURS Studio 1	11:05 – 12:00 Uhr JUMPING Studio 2	10:30 – 11:30 Uhr CYCLING C-Raum
	11:00 – 12:00 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1		10:30 – 11:00 Uhr STRETCH & RELAX Studio 1		11:05 – 11:50 Uhr LES MILLS® PILATES Studio 1	11:00 – 11:45 Uhr AQUA Pool
			10:30 – 11:15 Uhr LES MILLS® BODYPUMP HEAVY Studio 2			11:30 – 12:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2
			10:45 – 11:30 Uhr AQUA Pool			11:35 – 12:20 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 1
						12:35 – 13:30 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1
						12:45 – 13:15 Uhr LES MILLS® CORE Studio 2
17:00 – 17:45 Uhr JUMPING Studio 2	15:50 – 16:55 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2	15:30 – 16:15 Uhr HYBRID WORKOUT Fläche	17:00 – 17:45 Uhr LES MILLS® SHAPES Studio 1	16:30 – 18:00 Uhr YOGA INTENSE Studio 1		13:30 – 14:30 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2
17:15 – 18:10 Uhr LES MILLS® BODYBALANCE Studio 1	16:00 – 16:50 Uhr WIRBELSÄULE Studio 1	17:15 – 18:00 Uhr JUMPING Studio 2	17:45 – 18:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP HEAVY Studio 2	17:00 – 18:00 Uhr IRON FIT Studio 2		
18:15 – 18:30 Uhr CYCLING EINWEISUNG C-Raum	17:00 – 17:45 Uhr AQUA Pool	17:45 – 18:00 Uhr CYCLING EINWEISUNG C-Raum	18:00 – 19:00 Uhr CYCLING C-Raum	18:00 – 18:45 Uhr HYBRID WORKOUT Fläche		
18:30 – 19:30 Uhr CYCLING C-Raum	17:00 – 17:50 Uhr STEP Studio 1	18:00 – 19:00 Uhr CYCLING C-Raum	18:35 – 19:05 Uhr LES MILLS® GRIT Studio 2	18:05 – 19:00 Uhr CYCLING C-Raum		
18:15 – 19:45 Uhr YOGA INTENSE Studio 1	18:00 – 18:25 Uhr TABATA Studio 1	18:10 – 19:20 Uhr PILATES Studio 1	19:15 – 19:45 Uhr LES MILLS® CORE Studio 2	18:30 – 19:30 Uhr JAMFYA® Studio 1		Kräftigungskurse
19:00 – 20:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2	18:00 – 19:00 Uhr LES MILLS® BODYPUMP / HEAVY Studio 2	18:30 – 19:30 Uhr LES MILLS® BODYPUMP Studio 2	19:50 – 20:50 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2			Cardiokurse
	18:30 – 18:55 Uhr BAUCH & RÜCKEN Studio 1					Aquakurse
	18:30 – 19:30 Uhr CYCLING C-Raum					Entspannungskurse
	19:00 – 19:55 Uhr MOBILITY & FASZIEN TRAINING Studio 1					Special
	19:10 – 19:40 Uhr LES MILLS® GRIT Studio 2					Neue Uhrzeit / Neuer Kurs
	19:50 – 20:50 Uhr LES MILLS® BODYCOMBAT Studio 2					