














ÖFFNUNGSZEITEN	
Mo, Di, Do, Fr	9.00 - 22.00 UHR
Mi	8.00 - 22.00 UHR
SA, So, FEIERTAGE	10.00 - 19.00 UHR

KINDERBETREUUNG	
Mo - Fr	9.15 - 12.00 UHR
Mo, Mi, Fr	17.30 - 20.15 UHR
So	10.30 - 12.30 UHR

KURSPROGRAMM WINTER 11/12

GÜLTIG AB 19. SEPTEMBER 2011 - 3. JUNI 2012

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.15-10.15 Power Pilates R1 Kinderbetreuung	9.15-10.15 Wirbelsäulengymnastik R1 Kinderbetreuung	8.15-9.15 Wirbelsäulengymnastik R1	9.15-10.15 Power Yoga R1 Kinderbetreuung	9.30-10.30 Pilates R1 Kinderbetreuung		10.30-11.30 Sunday Spezial Lt. Aushang R1 Kinderbetreuung
10.15-11.15 Iron-System Lt. Aushang R1 Kinderbetreuung		9.15-10.15 Sensitive Indoor Cycling R2 Kinderbetreuung	10.15-11.15 Bauch/Beine Po R1 Kinderbetreuung	10.30-11.30 Fatburner Indoor Cycling R2 Kinderbetreuung		Sunday Spezial Outdoor Lt. Aushang
17.30-18.30 Pilates R2 Kinderbetreuung	10.15-10.45 Flexi Fun R1 Kinderbetreuung	10.15-11.15 Iron-System Lt. Aushang R1 Kinderbetreuung			14.00-15.00 Step Einsteiger R1	
18.30-19.30 Pilates R2 Kinderbetreuung				17.30-18.30 Bauch/Beine Po + R1 neu Kinderbetreuung	15.00-16.00 Power Yoga R1	
17.30-18.00 Bauchkiller R1 Kinderbetreuung	17.30-18.30 Power Yoga R1	17.55-18.55 Bodytoning/Stretching R1 Kinderbetreuung	18.00-19.00 Bauch/Beine Po Flexi Fun R1	17.30-19.00 Yoga R2 Kinderbetreuung	16.00-17.00 Iron-System Lt. Aushang R1	
18.00-19.00 Power Step R1 neu Kinderbetreuung	18.30-19.30 Indoor Cycling R2	 18.55-19.55 R1 Kinderbetreuung	18.30-19.00 Bauchkiller R2	18.30-19.30 Iron-System Lt. Aushang R1 Kinderbetreuung		
19.00-20.00 Bauch/Beine Po R1 Kinderbetreuung	18.30-19.30 Body-Mix R1	20.00-21.00 Wirbelsäulengymnastik R1 Kinderbetreuung	19.00-20.00 Wirbelsäulengymnastik R1	 19.30-20.30 R1		
19.35-20.35 Indoor Cycling R2	19.30-20.30 Iron-System Lt. Aushang R1		19.00-20.00 Indoor Cycling R2	 20.30-21.00 R1 neu		
20.00-21.00 Iron-System Lt. Aushang R1						

 = Outdoor
 = Vormittagskurse

R1 = Raum 1
R2 = Raum 2

Aushang befindet sich vor Raum 1
Mindestteilnehmerzahl: 3 Pers.