

PROGRAMM VOM 12. BIS 17. JULI

	SAMSTAG (12.07.)	SONNTAG (13.07.)	SONNTAG (13.07.)	MONTAG (14.07.)	DIENSTAG (15.07.)	MITTWOCH (16.07.)	DONNERSTAG (17.07.)	
08:00 KURSFLÄCHE	CYCLING MARATHON TEIL 1 10-13 UHR	HOBBY-MIXED- BEACHVOLLEY- BALL TURNIER 11-CA. 18 UHR	GOOD MORNING YOGA FLOW	GOOD MORNING YOGA FLOW	OPEN YOUR HEART YOGA	GOOD MORNING YOGA FLOW	GOOD MORNING YOGA FLOW	
09:00 KURSFLÄCHE			HIIT	CYCLING	MOBILITY TRAINING	ATHLETIK WORKOUT	RÜCKENFIT	
10:00 KURSFLÄCHE			WELCOME JUMPING FITNESS	PILATES	CROSS OVER CYCLING	JUMP & PUMP	WAKE UP CYCLING	
			MITTAGSPAUSE				SELBST- VERTEIDIGUNGS -KURS (11-14 UHR)	
17:30 KURSFLÄCHE	CYCLING MARATHON TEIL 2		CYCLING - SUNNY SUNDAY -STEFFI'S FINISHER	ZUMBA	JUMPING FITNESS MEETS BOXING	HIIT- WORKOUT	JUMPING FITNESS	
18:30 KURSFLÄCHE	15-18 UHR		ZUMBA	JUMPING FITNESS	STRESS RELEASE YOGA: STRESS LOSLASSEN UND AKKUS AUFLADEN (90MIN)	CYCLING-FEEL YOUR LIMIT	ZUMBA	
18.30 FREIFLÄCHE			CIRCLE BODYWORKOUT	CIRCLE BODYWORKOUT	CIRCLE BODYWORKOUT	CIRCLE BODYWORKOUT	CIRCLE BODYWORKOUT	

Freie Trainingsfläche

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag:
8:00 - 11:00 Uhr
17:00 - 18:30 Uhr
(ohne Betreuung)