

# KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
07:15 – 08:05 <b>OD</b> <b>BODEGA MOVES®</b> CHRISTINE	07:15 – 08:15 <b>BODY ART®</b> TIM	08:30 – 09:30 <b>OD</b> <b>RÜCKEN FIT</b> TUCHERFIT-TRAINER	07:15 – 08:05 <b>YOGA</b> PETER	07:15 – 08:00 <b>OD</b> <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	10:00 – 10:50 <b>OD</b> <b>FUNCTIONAL</b> JULI	10:00 – 10:50 <b>OD</b> <b>CIRCUIT TRAINING</b> HEIDI
08:15 – 08:45 <b>OD</b> <b>BODEGA REFLOW®</b> CHRISTINE	08:30 – 09:30 <b>INDOOR CYCLING</b> TIM			08:00 – 08:30 <b>FLEXX ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	11:00 – 12:00 <b>OD</b> <b>RÜCKEN FIT</b> JULI	11:00 – 12:00 <b>INDOOR CYCLING</b> HEIDI
	10:00 – 10:30 <b>OD</b> <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	12:30 – 13:00 <b>OD</b> <b>MOBILITY BREAK</b> TUCHERFIT - TRAINER	09:45 – 10:15 <b>OD</b> <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER			
17:30 – 18:00 <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER		17:30 – 18:00 <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	17:30 – 18:20 <b>OD</b> <b>JUMPING FITNESS</b> NINA	17:30 – 18:00 <b>OD</b> <b>SYNRGY ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	16:00 – 16:50 <b>OD</b> <b>ZUMBA®</b> PERVIN	
18:00 – 18:30 <b>FLEXX ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	18:00 – 18:50 <b>OD</b> <b>ZUMBA®</b> MARIANELA	18:00 – 18:30 <b>FLEXX ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	18:30 – 19:20 <b>OD</b> <b>DEEP WORK®</b> NINA	18:00 – 18:30 <b>FLEXX ZIRKEL</b> TUCHERFIT - TRAINER	17:00 – 18:30 <b>OD</b> <b>FASZIEN YOGA</b> PERVIN	
18:00 – 18:50 <b>OD</b> <b>JUMPING FITNESS</b> LARA	19:00–20:15 <b>YOGA FLOW</b> MARIANELA	18:30 – 19:30 <b>INDOOR CYCLING</b> KOLJA	19:30 – 20:20 <b>OD</b> <b>RÜCKEN FIT</b> NINA	18:00 – 18:50 <b>OD</b> <b>TOTAL BODY WORKOUT</b> MARIANELA		
19:00 – 19:50 <b>OD</b> <b>BODYTONING</b> LARA		18:30–19:20 <b>OD</b> <b>FATBURNER</b> CHRISTINE	20:30 – 21:00 <b>OD</b> <b>FASZIEN</b> NINA	19:00 – 20:00 <b>OD</b> <b>YOGALATES</b> MARIANELA		
18:30 – 19:30 <b>INDOOR CYCLING</b> SEVIM		19:30 – 20:30 <b>OD</b> <b>BODEGA MOVES®</b> CHRISTINE				<b>OUTDOOR</b> BEI GUTEM WETTER
19:30 – 20:30 <b>OD</b> <b>FASZIEN</b> SEVIM						<b>Basic Stunden</b>

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 7:00–22:00 Uhr // Samstag, Sonntag und Feiertage von 9:00–19:00 Uhr.

Änderungen am Kursprogramm vorbehalten. Kein Kursangebot an Feiertagen.