

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
07:30 – 08:15 TRX TUHERFIT – TRAINER	07:15 – 07:45 SYNRGY ZIRKEL TUHERFIT – TRAINER	08:30 – 09:30 RÜCKEN FIT TUHERFIT – TRAINER	07:15-8:15 UHR DEEP WORK TIM	07:15 – 07:45 SYNRGY ZIRKEL TUHERFIT – TRAINER	09:30 – 10:45 BODEGA MOVES & REFLOW CHRISTINE	10:00 – 10:45 LANGHANTEL TRAINING SUSI
	07:15 – 08:15 BODY ART@ TIM		08:30-9:30Uhr INDOOR CYCLING TIM		10:00 – 10:45 TF NATURE TUHERFIT – TRAINER	11:00 – 11:45 INDOOR CYCLING SUSI
	08:30 – 09:30 INDOOR CYCLING TIM				11:00 – 11:45 POWER CORE RAINER	
17:15 – 17:45 SYNRGY ZIRKEL TUHERFIT – TRAINER	17:30-18:15 BOX-FIT JENNIFER	17:45 – 18:15 SYNRGY ZIRKEL TUHERFIT – TRAINER	18:00 – 19:00 INDOOR CYCLING HEIDY	17:45 – 18:15 SYNRGY ZIRKEL TUHERFIT – TRAINER	16:00 – 16:45 TRX TUHERFIT – TRAINER	15:00 – 15:45 TRX TUHERFIT – TRAINER
18:00 – 18:50 JUMPING FITNESS LARA	18:30 – 19:15 Biitz BODYWORKOUT JENNIFER	18:30 – 19:15 TF NATURE TUHERFIT – TRAINER	18:00 – 18:45 TRX TUHERFIT – TRAINER	18:00-19:00 INDOOR CYCLING OLAF		16:30-17:15 SLOW FLOW Yoga ISABELLE
19:00 – 19:50 PILATES LARA	18:30 – 19:20 STRONG NATION (BEGINNER) MARIANELA	18:30 – 19:30 INDOOR CYCLING KOLJA	19:00 – 20:00 PUMP & CORE HEIDY	18:30 – 19:15 TOTAL BODY WORKOUT MARIANELA		17:30-18:15 STRENGTHEN & STRETCH YOGA ISABELLE
19:00 – 20:00 INDOOR CYCLING SEVIM	19:30–20:30 MOBILITY YOGA FLOW MARIANELA	18:30-19:20 BBP CHRISTINE		19:30 – 20:30 YOGALATES MARIANELA		
20:00 – 21:00 FASZIEN SEVIM		19:30-20:45 BODEGA MOVES & REFLOW CHRISTINE				Basic Stunden

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.