



Neuer Kurs ab Freitag, den 18.09. wöchentlich um 17 bis 18 Uhr!

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
		12:05 – 12:50 Aquafit				12:05 – 12:50 Aquafit			
15:45 – 16:35 Aquafit						15:15 – 16:00 Aquafit		15:15 – 16:00 Aquafit	
16:40 – 17:25 Aquafit	16:15 – 17:15 Rücken-Fit Yoga	16:30 – 17:15 Aquafit		16:10 – 16:55 Aquafit		16:15 – 17:00 Aquafit	16:00 – 16:55 Ortho- Rücken-Fit	16:05 – 16:50 Aquafit	
17:30 – 18:15 Aquafit	17:20 – 18:10 Spinning 1	17:20 – 18:05 Aquafit		17:00 – 17:45 Aquafit		17:15 – 18:00 Aquafit	17:00 – 17:55 Ortho-Pilates	17:00 – 17:45 Aquafit	17:00 – 18:00 Krav Maga
18:20 – 19:05 Aquafit	18:15 – 19:05 Spinning 2	18:10 – 18:55 Aquafit	18:00 – 18:55 Ortho-Fit	17:50 – 18:35 Aquafit	17:45 – 18:45 Fatburner	18:05 – 18:50 Aquafit	18:00 – 18:55 Ortho-Pump	17:50 – 18:35 Aquafit	
19:10 – 19:55 Aquafit	19:10 – 20:10 Ortho-Pump	19:00 – 19:45 Aquafit	19:00 – 19:55 Ortho-Pilates	18:40 – 19:25 Aquafit	18:50 – 19:50 BOP+Rücken	18:55 – 19:40 Aquafit	19:00 – 20:00 Spinning 1	18:45 – 19:30 Aquafit	18:45 – 19:45 Spinning
20:00 – 20:45 Aquafit		19:50 – 20:35 Aquafit	20:15 – 21:15 Spinning	19:30 – 20:15 Aquafit	20:00 – 20:50 Spinning 1	19:45 – 20:30 Aquafit	20:05 – 21:05 Spinning 2	19:35 – 20:20 Aquafit	
20:50 – 21:35 Aquafit	20:15 – 21:10 Ortho- Rücken-Fit	20:40 – 21:25 Aquafit		20:20 – 21:05 Aquafit	20:55 – 21:45 Spinning 2	20:35 – 21:20 Aquafit			

Samstag		Sonntag
10:15 – 11:00 Aquafit	10:10 – 11:10 Spinning 1	12:00 – 12:45 Aquafit
11:05 – 11:50 Aquafit	11:15 – 12:15 Spinning 2	12:50 – 13:35 Aquafit
		13:40 – 14:25 Aquafit

Bitte beachten Sie die leicht veränderten Startzeiten der Kurse und kommen Sie pünktlich zum Kurs!

Der Krav-Maga-Kurs ist NUR über 10er Karte buchbar!

Die Kurszeiten beinhalten die Reinigung/ Desinfektion der Sportgeräte und den Wechsel der Teilnehmer/innen zwischen den einzelnen Kursen!