

Gruppenkurse

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00	Pilates 09.00—10.00	TRX & Bauch 09.00—09.30	Pilates 09.00—10.00		High Functional 09.00—09.30	High Fit Powerbands 09.00—09.25	High Functional 09.00—09.25
	Powerbands 09.30—10.00	Bodyforming 09.35—10.05		M.A.X. 09.30—10.05	TRX & Bauch 09.35—10.00	TRX 09.30—10.00	Sixpack 09.30—10.00
10.00	Zumba 10.05—11.05	High Functional 10.10—10.40	Bauch, Beine, Po 10.05—10.35	Yoga 10.10—11.10		Spinning 10.10—11.10	Body Pump 10.05—11.05
						High Five HIIT 10.15—10.50	Spinning 10.10—11.10
11.00	TRX Powerbands 11.45—12.10	Sixpack 11.45—12.10	M.A.X. 11.45—12.10	TRX 11.45—12.10	Sixpack 11.45—12.10	Bauch, Beine, Po 10.55—11.20	Pilates 11.10—12.10
	Spinning 12.10—13.10	Spinning 12.10—13.10		Spinning 12.10—13.10	High Fit Powerbands 12.15—12.40	Yoga 11.25—12.25	Boxen 11.15—13.15
12.00	Yoga 12.15—13.15	Body Pump 12.15—13.15	Power Yoga* 12.15—13.15	Body Pump 12.15—13.15	Pilates 12.15—13.15		
	High Functional 12.15—12.45		High Functional 12.15—12.45				
17.00	Zumba 17.30—18.30	TRX & Bauch 17.30—18.00	Power Step TRX 17.30—18.00	TRX-Pump 17.30—18.00	High Functional 17.30—18.00		
	Powerbands Sixpack 17.30—18.00	Powerbands 18.05—18.30			High Burning 18.05—18.30		
18.00	High Functional 18.05—18.30	Fatburner Step 18.10—19.10	High Functional 18.05—18.30	Pilates 18.05—19.05	M.A.X. 18.35—19.05		
18.30	M.A.X. 18.35—19.05	Boxen 19.00—20.00	M.A.X. 18.35—19.05	Boxen 19.00—20.00			
19.00	Spinning 19.00—20.00	Spinning 19.00—20.00	Fle-xx Stretching 19.10—19.25	Spinning 19.00—20.00			
	Body Pump 19.10—20.10	Bauch, Beine, Po 19.15—19.40	Body Pump 19.15—20.15	Bauch, Beine, Po 19.10—19.40			
20.00	TRX & Bauch 20.20—21.00	Power Yoga 19.45—20.45	TRX & Bauch 20.20—21.00	Powerbands Sixpack 19.45—20.15			
				High Functional 20.20—20.50			