

2022

Kursplan

3SEEN
FITNESS

Montag

10:30 - 11:20

Wirbelsäulengymnastik

Fitnessgarten

18:30 - 19:15

Indoor Cycling

Fitnessgarten

19:30 - 20:20

Body Complete

Fitnessgarten

Dienstag

10:30 - 12:00

ZENbo Balance

Kursraum

14-Tage Wechsel

16:00 - 16:45

HYROX Teen

Trainingsfläche

Mittwoch

10:00 - 10:45

HYROX Senior

Trainingsfläche

18:30 - 19:15

Jumping Fitness

Fitnessgarten

19:30 - 20:20

Zumba

Kursraum

19:30 - 20:15

Yoga

Fitnessgarten

Donnerstag

18:30 - 19:15

HYROX Class

Trainingfläche

Freitag

09:15 - 10:00

Faszienkurs

Kursraum

18:30 - 19:20

Step meets BBP

Fitnessgarten

Freitag

19:00 - 20:30

ZENbo Balance

Kursraum

14-Tage Wechsel

19:30 - 20:20

Jump for Joy

Fitnessgarten

Samstag

Regeneration

Regeneration

gültig ab 13.06.2022