

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8.00- 8.45 Uhr Indoor Cycling	8.15- 9.00 Uhr INfunction	8.15- 9.00 Uhr Rücken-Fit	LES MILLS 8.15- 9.00 Uhr Core	LES MILLS 8.00- 8.45 Uhr Pilates	
9.00-9.45 Uhr <b>HOT IRON®</b>	8.15- 9.00 Uhr Rücken-Fit	LES MILLS 9.15- 10.00 Uhr Shapes		9.00- 9.45 Uhr Rücken-Fit	10.30-11.15 Uhr <b>HOT IRON®</b>
10.00-10.45 Uhr Mobility & Kräftigung	10.00-11.00 Uhr T-Rena-Betreuungszeit		10.00-11.00 Uhr T-Rena-Betreuungszeit	10.00-10.45 Uhr BALLance	
	10.15-11.00 Uhr BALLance				
14.30- 15.15 Uhr Gymnastik, Kauken & Klönen Nur mit Anmeldung		<b>INJOY</b> <b>pt</b> personal training Personal Training in Kleingruppen oder Einzeltraining.	14.30- 15.15 Uhr Gymnastik, Kauken & Klönen Nur mit Anmeldung		<b>Sonntag</b>
17.00- 17.45 Uhr Mobility & Kräftigung	LES MILLS 17.00- 17.45 Uhr Shapes		LES MILLS 17.00- 17.45 Uhr Shapes	17.00- 17.45 Uhr <b>EXKLUSIV</b> Kettlebell Nur mit Anmeldung	10.00-10.45 Uhr <b>JOKER</b> Lass Dich überraschen!
	17.00- 18.00 Uhr T-Rena-Betreuungszeit		17.00- 18.00 Uhr T-Rena-Betreuungszeit		
18.00- 18.45 Uhr Rücken-Fit	LES MILLS 18.00- 18.45 Uhr Pilates	18.00- 18.45 Uhr INfunction	18.00- 18.45 Uhr Rücken-Fit	18.00- 18.45 Uhr Indoor Cycling	
19.00- 19.45 Uhr INfunction		18.00- 18.45 Uhr BALLance			
19.00- 19.45 Uhr Indoor Cycling	19.00- 19.45 Uhr Rücken-Fit	<b>EXKLUSIV</b> Kettlebell Nur mit Anmeldung	LES MILLS 19.00- 19.45 Uhr Pilates		
	20.00- 21.30 Uhr <b>EXKLUSIV</b> Yoga Nur mit Anmeldung	19.00- 20.30 Uhr <b>EXKLUSIV</b> Yoga Nur mit Anmeldung			



Die Kurse INfunction und Kettlebell finden auf der INfunctionfläche statt.