

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8.00 - 8.45 Uhr Indoor Cycling	8.15 - 9.00 Uhr IN function	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 HOT IRON®	8.15 - 9.00 Uhr Rücken-Fit			9.00 - 9.45 Uhr Rücken-Fit	10.30 - 11.15 Uhr HOT IRON®
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				
15.00 - 15.45 Uhr Gymnastik, Kauken & Klönen Nur mit Anmeldung		INJOY pt personal training Personal Training in Klein- gruppen o. Einzeltraining.	15.00 - 15.45 Uhr Gymnastik, Kauken & Klönen Nur mit Anmeldung		Sonntag
17.00 - 17.45 Uhr Mobility & Kräftigung	LES MILLS 17.00 - 17.45 Uhr Shapes				10.00 - 10.45 Uhr JOKER 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 IN function	18.00 - 18.45 Uhr Rücken-Fit	18.00 - 18.45 Uhr Indoor Cycling	
19.00 - 19.45 Uhr IN function		18.00 - 18.45 Uhr BALLance			
19.00 - 19.45 Uhr Indoor Cycling	19.00 - 19.45 Uhr Rücken-Fit	EXKLUSIV 19.00 - 20.30 Uhr Yoga Nur mit Anmeldung	LES MILLS 19.00 - 19.45 Uhr Pilates		
	20.00 - 21.30 Uhr EXKLUSIV Yoga Nur mit Anmeldung				



Die Kurse INfunction und Kettlebell finden auf der INfunctionfläche statt.