

DEIN SPORTLICHES ZUHAUSE

Mehr als 40 Fitness-Kurse pro Woche. Von Yoga bis Functional.



MONTAG

07:15-08:15 Uhr

Functional Training
Hans-Werner, Energy

08:00-09:15 Uhr

Yoga
Yuliia, Studio 1

09:30-10:30 Uhr

Pilates
Steffi, Studio 1

17:00-18:00 Uhr

Bauch Beine Rücken Po
Andrea, Studio 3

17:00-18:00 Uhr

Yoga
Antontia, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Indoorcycling
Anna, Studio 3

18:00-19:00 Uhr

Yogalates
Ramona, Studio 2

19:00-20:00 Uhr

Mobility & Stretch
Anna, Studio 3

19:15-20:15 Uhr

Langhantel Workout
Julija, Studio 2

DIENSTAG

07:30-08:30 Uhr

Yoga
Zoom: 817/4365/0068
Code: 643911

17:00-18:00 Uhr

Power Workout
Julija, Studio 2

17:00-18:00 Uhr

Indoorcycling
Gaby, Studio 3

18:00-19:00 Uhr

Pilates
Steffi, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Mobility & Stretch
Gaby, Studio 3

18:00-19:00 Uhr

Functional Training
Fitness Crew, Energy

19:00-20:00 Uhr

Zumba
Cigdem, Studio 1

19:00-20:00 Uhr

Langhantel Workout
Julija, Studio 2

20:00-21:15 Uhr

Fight Fitness
Christian, Studio 2

20:00-20:30 Uhr

Bauch Exspress
Julija, Studio 1

MITTWOCH

07:15 - 08:15 Uhr

Functional Training
Hans-Werner, Energy

08:00-09:00 Uhr

Yoga
Antonia, Studio 1

10:00-11:00 Uhr

Complete Body Workout
Julija, Studio 3

12:00-12:30 Uhr

Rücken Express
Julija, Studio 2

12:30-13:00 Uhr

Bauch Express
Julija, Studio 2

17:00-18:00 Uhr

Rücken Plus
Jan, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Hot Iron 2
Jan, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Pilates
Esther, Studio 3

19:15-20:30 Uhr

Yoga
Esther, Studio 2

19:30-20:30 Uhr

Bellicon Jumping
Julija, Studio 3

DONNERSTAG

09:00-10:00 Uhr

Complete Body Workout
Ava, Studio 3

17:00-18:00 Uhr

Complete Body Workout
Nuriye, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Bellicon Jumping
Nuriye, Studio 3

18:00-19:00 Uhr

Langhantel Workout
Vivian, Studio 2

18:00-19:00 Uhr

Functional Training
Fitness Crew, Energy

19:00-20:00 Uhr

Yoga
Maria, Studio 1

19:00-20:00 Uhr

Indoorcycling
Anna, Studio 3

19:15-20:45 Uhr

Fight Fitness
Christian, Studio 2

20:00-21:00 Uhr

Zumba
Inga, Studio 1

FREITAG

09:30-10:45 Uhr

Yoga mit Soundbad
Jatty, Studio 2

10:45-12:00 Uhr

Hocker Yoga
Jatty, Studio 2

16:30-17:30 Uhr

Complete Body Workout
Elke, Studio 2

17:30-18:30 Uhr

Langhantel Workout
Elke, Studio 2

17:30-18:30 Uhr

Bellicon Jumping
Simone, Studio 3

SAMSTAG

10:00-11:30 Uhr

Yoga
Jatty, Studio 2

11:30-12:30 Uhr

Complete Body Workout
Elke, Studio 1

SONNTAG

10:00-11:00 Uhr

Indoorcycling
Sebastian, Studio 3

10:15-11:15 Uhr

Rücken Plus
Felicia, Studio 2

11:15-12:30 Uhr

Yoga
Felicia, Studio 2

Kurzfristige Änderungen im Plan vorbehalten. Den aktuellsten Stand siehst du immer online im Buchungstool.



Direkt zum Kurs anmelden

KURSPLAN FITNESS

