



*Hundemüde?
Nicht mit uns!
Bleibt im Winter
fit und gesund
mit unseren
Kursen!*

Montag

10.15 - 11.00	BBP
11.15 - 12.00	Rad Fatburner
17.00 - 17.20	Bauch Special
17.30 - 18.15	Easy Step
18.30 - 19.15	BBP
19.30 - 20.15	Heavy Hands
20.30 - 21.30	Yoga

Dienstag

09.15 - 10.15	Soft Yoga
10.15 - 11.00	Easy Step
17.30 - 18.15	Rücken Relax
18.30 - 19.15	Easy Step
19.00 - 20.00	Rad Power
19.30 - 20.15	Body Shaping
20.30 - 21.15	Step

Mittwoch

10.15 - 11.00	WS/Qi Gong
11.15 - 12.00	Zumba Silver
17.00 - 17.20	Body Vibration
17.30 - 18.15	Heavy Hands
18.30 - 18.50	Bauch Spezial
18.30 - 19.45	Rad Power
19.00 - 20.15	Yoga

Donnerstag

17.30 - 18.15	Step
18.30 - 19.15	BBP
19.30 - 20.15	Heavy Hands
20.30 - 21.15	Qi Gong

Freitag

10.15 - 11.00	Rücken Relax
11.15 - 12.00	Easy Step
16.15 - 17.15	Bauchtanz
17.30 - 19.00	Zumba

Samstag

14.30 - 15.15	Step
15.30 - 16.15	Rücken Pilates

Sonntag

10.15 - 11.00	Body Shaping
11.15 - 12.00	Step

Öffnungszeiten

Mo	10.00 - 22.00
Di	09.00 - 22.00
Mi	10.00 - 22.00
Do	15.00 - 22.00
Fr	09.00 - 21.00
Sa	13.00 - 18.00
So	10.00 - 15.00

Saunazeiten

Mo	10.00 - 22.00
Di	09.00 - 22.00
Mi	10.00 - 22.00
Do	15.00 - 22.00
Fr	09.00 - 21.00
Sa	13.00 - 18.00
So	10.00 - 15.00

Kinderbetreuung

So*	10.00 - 13.00
-----	---------------

*nach Vereinbarung

gültig ab 01.10.2011

Wir bieten Rückenschulkkurse (von den Krankenkassen gefördert) und Ernährungskurse an. Einfach nachfragen und die nächsten Termine erfahren. Wir freuen uns auf Euch.