

WOCHE 1

05. BIS 11. JULI

	Montag 05.07.	Dienstag 06.07.	Mittwoch 07.07.	Donnerstag 08.07.	Freitag 09.07.	Samstag 10.07.	Sonntag 11.07.
08:00 Kursfläche	Yoga Morning Flow <i>Schnupperkurs</i>	Yoga Morning Flow <i>Schnupperkurs</i>	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	
09:00 Kursfläche	Gentle Morning Pilates <i>Schnupperkurs</i>	Mobility Training <i>Schnupperkurs</i>	Gentle Morning Pilates	Mobility Training	Power Abs Pilates	Abs & Core	
10:00 Kursfläche	Jumping Party <i>Schnupperkurs</i>	Jumping x Bodystyling <i>Schnupperkurs</i>	Jumping x HIIT	Fatburner x Resistance Bands	Jumping Cardio	Jumping x Resistance Bands	
MITTAGSPAUSE							
17:30 Kursfläche	Cube Fitness <i>Schnupperkurs</i>	Cube Fitness <i>Schnupperkurs</i>	Jumping Party		Fatburner Workout		
18:30 Kursfläche	Jumping x Bodystyling <i>Schnupperkurs</i>	Jumping Party <i>Schnupperkurs</i>	Body Bootcamp		Jumping 90er Party		
18:30 Freifläche					Cube Fitness		

Freie Trainingsfläche

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag:
8:00 - 12:00 Uhr
17:00 - 20:00 Uhr
(ohne Betreuung)