

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:30 Multiworkout		08:30 BBP+R		8:30 Shape&Burn		
09:30 Rückenfit	09:30 Yoga für alle	09:30 Fatburner	09:30 Mobility	9:30 Cardio Fitness	10:00 Uhr Mobility	10:00 Power Pump
10:30 REHA	10:30 REHA		10:30 REHA		11:00 Booty&Core	11:00 Fatburner
				13:00 REHA		
		14:00 Schmerz- reduktions- training			13:00 BBP+R	13:00 Shape&Burn
15:00 Multiworkout	15:00 REHA			15:00 BBP+R	14:00 Multiworkout#	14:00 Yoga #
16:00 Pilates	16:00 BBP+R	16:00 Multiworkout	16:00 Balance Workout	16:00 Fatburner		
17:00 Shape&Burn	17:00 Uhr Rückenfit	17:00 Mobility	17:00 Zumba	17:00 Power Pump		
18:00 Zumba	18:00 Fatburner	18:00 Booty&Core	18:00 Rückenfit	18:00 Yoga #		
19:00 Power Pump	19:00 Shape&Burn	19:00 Fatburner	19:00 Booty&Core			
		20:00 Yoga #				

New!

New!

New!



HANSEFIT

Perfekt für den

airshaper

KURSDAUER = 45 MIN
= 1 STD.

Die Kurse starten zur angegebenen Zeit

REHA = Rehabilitationssport
Orthopädie nach §64 SGB IX