

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09:30-10:30 W1 Stretch & Flexx	09:30-10:30 W1 PowerFit	09:30-10:30 W1 Good morning Workout		08:30-10:00 W1 BURN – Kraft/Ausdauer	
10:00-11:00 B1 Body Fit / BBP	10:00-11:00 B1 Rücken Fit	10:00-11:00 B1 Yoga	10:00-11:00 B2 Step Aerobic	10:00-11:00 B2 Power Fit	10:30-11:30 Uhr B2 Athletik	10:30-11:00 Uhr Kurzhandel intensiv
		11:00-11:30 W1 Rücken spezial	11:15-12:00 W1 Reha Sport	11:15-12:00 B1 Reha Sport		10:30-11:30 W1 Jumping
		17:45-18:45 B1 extern belegt	16:30-20:00 B2 extern belegt		11:00-12:30 W1 Fitness-Boxen	
	18:00-19:00 W1 Kinder Kickboxen	17:45-18:45 B2 Func.Sling Training	17:00-18:00 W1 Kinder Kickboxen	18:00-18:45 B1 Reha Sport		
18:00-19:00 W1 Jumping	18:30-19:30 B2 UnKW BURN – Kraftausdauer		18:00-19:00 W1 Kickboxen			
19:00-19:45 B1 Rücken Fit		19:00-20:00 B2 YogaRelax	18:00-19:00 B1 Mobility & Strenght	19:00-19:45 B2 UnKW Indoor Cycling	Kursraum zu vermieten Sie suchen Räumlichkeiten für Ihren Kurs? Sprechen Sie uns an!	
19:00-19:45 W1 Reha Sport	19:00-20:00 BURN – Kraft	19:00-20:00 W1 Zirkel	19:00-20:30 W1 Fitness Boxen			
	19:00-20:30 W2 Kickboxen		19:00-20:00 B1 Latin Dance fit			
	19:00-20:00 B1 Jumping gKW	20:00-21:30 B1 Systema				17:00-21:30 W1 extern belegt
20:00-21:30 B1 Systema						

Legende:

Bilfingen	Mo – Fr	09:00-13:00 Uhr und 16:00-22:00 Uhr
07232/3709496	Sa+So	09:00-14:00 Uhr (1.5.-30.9.) Sommerzeit
Wilferdingen	Sa+So	09:00-18:00 Uhr (1.10.-30.4.) Winterzeit
07232/3097800	Feiertag	09:00-14:00 Uhr

Öffnungszeiten

Mo – Fr	08:30-12:30 Uhr und 15:30-21:30 Uhr
Sa+So	08:30-13:30 Uhr (1.5.-30.9.) Sommerzeit
Fr	08:30-21:30 & So 8:30-17:30 Uhr (1.10.-30.4.) Winterzeit
Feiertag	08:30-13:30 Uhr

Mittwoch (Bilfingen) und Donnerstag (Wilferdingen) nur Frauensauna!

Saunazeiten nachmittags 30 min. nach Öffnung. Wochenende/Feiertage ganztägig. Sauna wird nur auf Anfrage eingeschaltet!