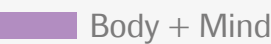


Kursangebot Center WERK12

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06:00		06:45 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1			06:45 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1		
07:00	07:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	07:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ M.A.X.out @	07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®	07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®	07:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ HEARTBREAKER @		
			07:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ Get in SHAPE @	07:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ LIMITLESS @			
08:00				08:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®			
09:00	09:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Bodystyling XXL	09:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ BauchBeineRückenPo	09:00 Funct.Area ⁽³⁰⁾ MobilityFLOW @	09:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 🧘	09:00 Studio 2 ⁽²⁰⁾ Core Xpress ❤️ @	09:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga 🧘	09:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Hatha Yoga 🧘
					09:45 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 🧘	09:30 Studio 1 ⁽⁷⁵⁾ Bodystyling + Stretch	09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ DEEPWORK® 🧘
						09:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ W.O.D.surprise @	09:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ W.O.D.surprise @
							09:40 Sportpool ⁽³⁰⁾ Aqua Intense
10:00	10:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga I-II 🧘	10:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II				10:30 Studio 3 ⁽³⁰⁾ To HELL + BACK @	10:15 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout
	10:10 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout					10:50 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ RückenFIT	10:30 Studio 3 ⁽³⁰⁾ BURN it @
							10:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule
11:00		11:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken			11:05 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Yoga Special 🧘	11:05 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Yin Yoga 🧘	
12:00	12:30 Studio 3 ⁽³⁰⁾ SHORT + SWEATY @	12:30 Funct.Area ⁽²⁰⁾ TRX® Training @	12:30 Studio 3 ⁽³⁰⁾ QUICK + DIRTY @				
15:00	15:45 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Pilates I					15:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Best of Mobility! ⓘ	
16:00	16:40 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ BauchBeineRückenPo			16:50 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2	16:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ LIMITLESS @	16:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ M.A.X.out @	16:00 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ LIMITLESS @
						16:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken	
17:00	17:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ Get in SHAPE @	17:15 Studio 3 ⁽⁶⁰⁾ W.O.D.XXL @	17:00 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua ZUMBA®	17:15 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ M.A.X.out @	17:10 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 🧘	17:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS	
	17:40 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Wirbelsäule + Stretch		17:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ M.A.X.out @	17:30 Cyclingraum ⁽⁵⁰⁾ Cycling Silver	17:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ W.O.D.surprise @		
			17:50 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ PhysioFlowYoga® 🧘				
18:00	18:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®	18:00 Studio 1 ⁽³⁰⁾ Thai Bo Easy	18:00 Studio 1 ⁽⁵⁵⁾ Dance Step I-II ▲	18:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga 🧘	18:00 Cyclingraum ⁽⁵⁰⁾ Cycling Silver		18:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga I-II 🧘
	18:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	18:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 🧘	18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	18:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	18:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yin Yoga I 🧘		18:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ athleticflow
	18:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ W.O.D.surprise @	18:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Thai Bo FITness	18:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ LIMITLESS @	18:15 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ HEARTBREAKER @	18:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ Get in SHAPE @		
		18:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ HEARTBREAKER @		18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold			
19:00	19:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner 🧘	19:00 Cyclingraum ⁽⁵⁰⁾ Cycling Silver	19:00 Studio 1 ⁽⁷⁵⁾ Bodystyling + Stretch	19:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special	19:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold		19:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special
	19:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2	19:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ Get in SHAPE @	19:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Power Yoga Special 🧘	19:10 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout			
	19:10 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ DANTAO ZUMBA®▲	19:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ W.O.D.surprise @	19:15 Studio 3 ⁽⁶⁰⁾ W.O.D.XXL @			
	19:30 Studio 3 ⁽⁴⁵⁾ HEARTBREAKER @	19:50 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner 🧘					
20:00	20:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ SALSATION®	20:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold		20:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®			
	20:20 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 🧘						

 Aqua	 BEATbox®	 Best of I	 Body + Mind	 Choreographie	 Cycling	 Small Group Training	 Workout
--	--	---	---	---	---	--	---

Das Kursangebot findet ab 3 Teilnehmern statt!
Easy | Beginner = Einsteiger | **I** = Mittelstufe | **II** = Fortgeschritten
❤️ Bitte zu diesem Kursangebot aufgewärmt erscheinen!
🧘 Wir empfehlen zu diesem Kursangebot eigenes Equipment mitzubringen
@ nur mit Terminvereinbarung | Online-Buchung Homepage
ⓘ Inhalte variabel, siehe Infowand im Center | Homepage
▲ monatsweise im Wechsel (siehe Infowand im Center)

Fairplay | Group Fitness

- Bitte erscheine pünktlich zu Beginn des Kursangebotes.
- Solltest Du aus gesundheitlichen Gründen eingeschränkt sein, bitten wir Dich, Deinen Instruktor darüber zu informieren.
- Wir empfehlen angemessene Trainingsbekleidung.
- Aus hygienischen Gründen bitten wir darum, ein Trainingshandtuch zu benutzen.
- Keine Trinkgefäße aus Glas oder andere zerbrechliche Gegenstände verwenden.
- Bitte geeignetes Schuhwerk verwenden, um Verletzungen und Verunreinigungen zu vermeiden.