



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	9:30 bis 10:30 Indoor Cycling Einsteiger		9:30-10:30 Bodystyling			10:00 bis 11:00 Indoor Cycling
19:00 bis 20:00 Indoor Cycling	19:00-20:00 Step-Aerobic	19:00 bis 20:00 Indoor Cycling	19:00-20:00 Step-Aerobic	19:00 bis 20:00 Indoor Cycling		
20:00 bis 21:00 Indoor Cycling	20:00-21:00 Bodystyling	20:00 bis 21:00 Indoor Cycling	20:00-21:00 Bodystyling	20:00 bis 21:00 Indoor Cycling		

An Feiertagen fallen die Aerobic und Bodystyling Kurse aus

Step Aerobic:

Die Stepstunden für Alle, die Spaß am Step haben.

Bodystyling:

Ein intensives Kräftigungsprogramm für den ganzen Körper.

Indoor Cycling:

Bewirkt die Straffung der gesamten Gesäß- und Beinmuskulatur und eine schnelle Gewichtsreduktion durch einen hohen Kalorienverbrauch.

Wir bieten für alle Kurse Einzel-, Zehner-, und Monatskarten an.