

KURSÜBERSICHT AB 1. AUGUST 2022

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

07:45 60 Min.	Yoga Wellness Peggy		
09:00 80 Min.	bodyART® Peggy		
10:00 45 Min.	Aqua Fit Ilona		
10:30 60 Min.	Wirbelsäule Peggy		
10:55 45 Min.	Aqua Power Ilona		
11:45 70 Min.	Yoga Wellness Prischka		
16:30 50 Min.	Piloxing® Angela		
17:00 50 Min.	Wirbelsäule Romeyo		
17:15 60 Min.	Functional Fitness* Regina		
17:30 50 Min.	Core Angela		
17:30 45 Min.	Aqua Fit Sergej		
18:00 50 Min.	Fitness Pump Romeyo		
18:25 45 Min.	Aqua Power Sergej		
18:30 60 Min.	Cycling Regina		
19:00 30 Min.	HIIT Romeyo		
19:40 60 Min.	Pilates Romina		

09:00 45 Min.	Aqua Fit Claus		
09:00 50 Min.	Body Shape Cordula		
10:00 50 Min.	Wirbelsäule Cordula		
10:00 60 Min.	Qi Gong Luba		
11:00 60 Min.	Salsation® Yvonne		
11:10 60 Min.	Klangschale Luba		
17:30 50 Min.	Bodyworkout Ilona		
17:30 75 Min.	Cycling Tamsin		
18:30 50 Min.	Zumba® David		
18:30 45 Min.	Aqua Fit Ilona		
19:00 80 Min.	Vinyasa Yoga Fanit		
19:25 45 Min.	Aqua Power Ilona		
19:30 50 Min.	Bauch, Beine, Po David		

09:30 50 Min.	Body Shape Birgit H.		
10:00 80 Min.	Yoga Wellness Birgit N.		
10:30 50 Min.	Drums Alive® Birgit H.		
10:30 45 Min.	Aqua Gym Ilona		
11:25 45 Min.	Aqua Gym Ilona		
11:30 50 Min.	Stretch/Relax Birgit H.		
17:30 50 Min.	Wirbelsäule Marco		
18:15 60 Min.	Functional Fitness* Stefan		
18:30 50 Min.	Fitness Pump Marco		
19:30 60 Min.	Box Fit Stefan		
19:30 45 Min.	Aqua Fit Marco		

08:30 60 Min.	Cycling Harald		
09:00 50 Min.	Wirbelsäule Teemu		
09:30 45 Min.	Aqua Fit Sylvia		
10:25 45 Min.	Aqua Power Sylvia		
10:00 50 Min.	Fatburner Teemu		
11:00 70 Min.	Yoga Wellness Birgit N.		
16:30 50 Min.	Zumba® Angela		
17:30 50 Min.	Body Shape Birgit H.		
17:30 50 Min.	Core Angela		
18:30 75 Min.	bodyART® Dani		
18:30 60 Min.	Cycling Birgit H.		
19:00 45 Min.	Aqua Fit Ilona		
19:55 45 Min.	Aqua Power Ilona		

08:45 70 Min.	bodyART® Peggy		
10:00 60 Min.	Stretch Peggy		
10:00 45 Min.	Aqua Fit Erica		
10:55 45 Min.	Aqua Power Erica		
11:15 60 Min.	Salsation® Yvonne		
15:30 80 Min.	Yoga Wellness Olga		
16:00 50 Min.	Bodyworkout Tamsin		
17:00 50 Min.	Wirbelsäule Tamsin		
17:00 50 Min.	Zumba® Heike		
18:00 80 Min.	Yoga Wellness Birgit N.		

09:00 50 Min.	Bodyworkout Antje		
10:00 60 Min.	Cycling Ela		
10:00 50 Min.	Dance Sergej		
11:10 60 Min.	Pilates Ela		
11:00 80 Min.	Vinyasa Yoga Silvia R.		
11:00 45 Min.	Aqua Fit Sergej		
11:55 45 Min.	Aqua Power Sergej		

09:00 60 Min.	Wirbelsäule Alex/Alena		
10:10 70 Min.	Hatha Yoga Alex/Alena		
12:15 60 Min.	Zumba® Angela		
17:00 50 Min.	Bodyworkout Marco		
18:00 60 Min.	Fatburner Marco		

09:00 - 15:00 Uhr
Open Stage**

Kurse für Jedermann
Bewegung
Pool
Rot kennzeichnet Kursraum

- * Bei schlechtem Wetter auf der Fläche
- ** Raum zum Auspowern, Ausprobieren & Spaß haben
- *** Auf der Dachterrasse

Bitte beachten Sie die Online-Reservierungspflicht für alle Aqua-Kurse! Die Teilnahme an den Kursen ist nur für angemeldete Teilnehmer bis maximal 5 Min. vor Kursbeginn möglich!