

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.00						
09.00						Rücken Fit (09.30-10.25 Uhr) Kursraum
10.00		Sauna (10.00-13.00 Uhr) Wellnessbereich				HIIT (10.30-11.00 Uhr) Kursraum
11.00						
12.00						
13.00						
14.00						
15.00						
16.00	Rehasport (16.30-17.15 Uhr) Kursraum		Rehasport (16.30-17.15 Uhr) Kursraum			
17.00			Rehasport (17.30-18.15 Uhr) Kursraum			
18.00	Ganzkörper- Workout (18.00-19.00 Uhr) Kursraum	LesMills BodyPump (18.00-19.00 Uhr) Kursraum	Yoga (18.00-19.00 Uhr) Entspannungsraum		Sauna (18.00-21.00 Uhr) Wellnessbereich	
19.00	Yoga (19.15-20.30 Uhr) Entspannungsraum		Ganzkörper- Workout (19.00-20.00 Uhr) Kursraum	Bauch-Beine- Pro (19.00-20.00 Uhr) Kursraum		
20.00						
21.00						