

	Montag 27.07.2026		Dienstag 28.07.2026		Mittwoch 29.07.2026		Donnerstag 30.07.2026		Freitag 31.07.2026		Samstag 01.08.2026		Sonntag 02.08.2026	
Zeit	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2
08:00		Outdoor Zirkeltraining 8:15-9:00												
09:00	Workout All-In 9:00-10:00		Workout All-In 9:00-10:00			Workout All-In 9:00-10:00	Rückenfit 9:00-10:00		Workout All In 9:00-10:00					
10:00	Faszien Training 10:00-11:00		Pilates 10:00-11:00	Pilates Flow 10:00-11:00	Pilates 10:00-11:00			Stretch & Mobility 10:15-11:00	Pilates 10:00-11:00		Indoor Cycling 10:15-11:15		Workout All In/ 10:00-11:00	
11:00			Zumba 11:00-12:00		Indoor Cycling 11:15-12:15						Rücken 3D 11:30-12:30			
12:00											Power Dumbell 12:30-13:30			
			Mittagspause 13:00 - 15:00				Mittagspause 13:00 - 15:00							
17:00	Workout All-In 17:00-18:00		Rückenfit 17:00-18:00		BOP 17:00-18:00		Langhantel 17:00-18:00				Erläuterungen: Kurs findet wie gewohnt statt Specials (variierend) Kurs fällt aus Kurs wird vertreten Anmeldung nötig Kurs findet draußen statt			
18:00	Langhantel 18:00-19:00	Faszien Pilates 18:00-19:00	Tabata 18:00-19:00	Yoga 18:00-19:00	Langhantel Core 18:00-19:00		Indoor Cycling 18:15-19:00	Boxing Fit 18:00-19:00	HIIT & Run 17:30 - 18:45					
19:00	Zumba 19:00-20:00								Stretching	Outdoor Yoga (Goldberger Mühle) 18:30 - 19:45				
		TRX 19:15-20:15	Indoor Cycling 19:15-20:15		Functional Fit 19:15-20:15			Balance Training 19:15-20:15						
20:00														