

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Guten Morgen Yoga 08:30 - 09:45 Saal 2 Taner	Pilates Level 1 08:00 - 08:50 Saal 1 Bettina	Workout 09:00 - 09:50 Saal 1 Carla	Ashtanga Yoga 08:30 - 09:45 Saal 1 Vesela	Step & Tone 09:00 - 09:50 Saal 1 Christian Sz.	Rücken Gymnastik 09:00 - 09:50 Saal 1 Zsofia	Rücken Gymnastik 09:00 - 09:50 Saal 1 Aurel
Indoor Cycling 08:50 - 09:40 Saal 1 Christian	Deep-Work 09:00 - 10:15 Saal 2 Sonja	Rücken Gymnastik 10:00 - 10:50 Saal 1 Carla	Rücken Workout 10:00 - 10:50 Saal 1 Sonja	Aqua 09:00 - 09:50 Pool Sonja	Hatha Yoga 09:00 - 09:50 Saal 2 Ina	Dance easy 10:00 - 11:15 Saal 1 Carla
Rücken Gymnastik 10:00 - 10:50 Saal 1 Christian	Pilates Level 1 09:00 - 09:50 Saal 1 Bettina			Aqua 10:00 - 10:50 Pool Tamara	Workout & Stretch 10:00 - 11:15 Saal 2 Zsofia	Workout 10:00 - 10:50 Saal 2 Aurel
	Rücken Gymnastik 10:00 - 10:50 Saal 1 Bettina			Rücken Gymnastik 10:00 - 10:50 Saal 1 Christian Sz.	Indoor Cycling 10:00 - 11:15 Saal 1 Michael	
	Aqua 10:00 - 10:50 Pool Monika					
Fascial Pilates 17:00 - 17:50 Saal 1 Carla		Rücken Gymnastik 17:00 - 17:50 Saal 1 Christian Sz.				
Indoor Cycling 17:30 - 18:45 Saal 2 Michael Thomas		Aqua 17:00 - 17:50 Pool Tamara				
Aqua 18:00 - 18:50 Pool Tamara		Dance Lv. 2 18:00 - 18:50 Saal 1 Christian Sz.				
EasyStep Level 1 18:00 - 18:50 Saal 1 Carla		Rücken Gymnastik 18:00 - 18:50 Saal 2 Tamara	Mobility Workout 17:00 - 17:50 Saal 1 Carla, Zsofia			
Rücken Gymnastik 19:00 - 19:50 Saal 1 Carla	Mobility Workout 17:30 - 18:20 Saal 1 Carla	Workout 19:00 - 19:50 Saal 1	EasyStep Level 1 18:00 - 18:50 Saal 1 Zsofia			
Ashtanga Yoga 19:30 - 20:45 Saal 2 Vesela	Pilates Level 2 18:00 - 18:50 Saal 2 Elisabeth	Hatha Yoga 19:00 - 20:15 Saal 2 Zsofia	Rücken Gymnastik 18:00 - 18:50 Saal 2 Elisabeth	Ballett 17:00 - 17:50 Saal 1 Taner		
	Dance Level 1-2 18:30 - 19:20 Saal 1 Carla	Indoor Cycling 20:00 - 21:15 Saal 1 Thomas	Workout 19:00 - 19:50 Saal 1 Aurel	Zumba 18:00 - 18:50 Saal 1 Christian		Hatha Yoga 18:00 - 19:15 Saal 1 Alex Marianne

↑ vormittag/
↓ nachmittag/

Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Bitte tragen Sie geeignete Schuhe (keine Outdoor Schuhe).

Bitte benutzen Sie während der Kurse stets ein Handtuch.

Bitte melden Sie sich vorher an der Rezeption an.

Bitte pünktlich in den jeweiligen Saal kommen.

● Saal 1

● Saal 2

● Pool