












Montag Öffnungszeiten: 08.00-22.00	Dienstag Öffnungszeiten: 08.00-22.00	Mittwoch Öffnungszeiten: 08.00-22.00	Donnerstag Öffnungszeiten: 08.00-22.00	Freitag Öffnungszeiten: 08.00-21.00	Samstag Öffnungszeiten: 10.00-16.00	Sonntag Öffnungszeiten: 10.00-16.00
Kurse Raum 1+3						
09.15 - 10.05 Rücken	09.00 - 09.50 Bodystyling	09.30 - 10.00 		09.15 - 09.55 GET FIT	 Sport, Wellness und Gesundheit für die ganze Familie! Burgstr. 27 31028Gronau 05182/908321	
			10.00 - 10.55 BBP			
					10.30 - 11.00 Power Dumbbell	
16.00 - 17.00 Kids 5 -12 		16.00 - 17.00 Kids 5-12 			11.00 - 11.30 GET FIT	
17.30 - 17.55 		17.30 - 18.10 	17.30 - 17.55 TABATA		11.30 - 12.00 Bauch	
18.00 - 18.55 	17.30 - 17.55 Bauch Total	18.15 - 19.10 Rücken	18.00- 18.40 			
19.00 - 19.55 Faszientraining	18.00 -18.55 Pilates	19.15 - 20.10 Langhantel Training	18.45 - 19.40 Bodystyling	18.00 - 18.55 Intro 	Öffnungszeiten-Sauna Gemischt: Mo 09.30-21.30 Fr 09.30-20.30 Di/Mi 18.00-21.30 Sa/So auf Anfrage	
	19.00-19.55 STEP-Fatburner		18:30-19:30 Kick-Boxing	19.00 - 19.55 		
	20.00 - 21.00 Hip Hop One Nation		19.45 - 20.45 Hip Hop One Nation			

Kurse Raume 2

10.15 - 11.05  		10.15 - 11.00  				
18.00 - 19.00  	18.00 - 19.00 Cyber Indoor	18.15 - 19.10  	18.00 - 19.00 Cyber Indoor			
		19.15 - 20.10  