
















Montag Öffnungszeit: 08.00-22.00	Dienstag Öffnungszeit: 08.00-22.00	Mittwoch Öffnungszeit: 08.00-22.00	Donnerstag Öffnungszeit: 08.00-22.00	Freitag Öffnungszeit: 08.00-21.00	Samstag Öffnungszeit: 10.00-16.00	Sonntag Öffnungszeit: 10.00-16.00
<b>Kurse Raum 1</b>						
11.00- 11.45  PILATES	09.00 - 09.55  RÜCKEN	09.00 – 09.45  FIT IN DEN TAG	09.00 - 09.30  	09.00 – 09.55  RÜCKEN	 Sport, Wellness und Gesundheit für die ganze Familie!  Gutenbergstr. 14B 31157 Sarstedt 05066/ 984 984 4	
				10.00 – 10.30  FLEXI-BAR®		
					11.00 - 11.45  GET FIT	
17.30 - 17.55  	17.30 – 17.55  BAUCH TOTAL	17.30 - 18.25  BBP	17.30– 17.55  	17.00 - 17.55  STEP-Fatburner	11.45 - 12.30  	
18.00 - 18.55  RÜCKEN	18.00 -18.55  	18.30 - 19.25  	18.00- 18.55  	18.00 – 18.55  RÜCKEN	<b>Öffnungszeiten-Sauna</b>  Gemischt:    Mo            09.30-21.30 Di/Mi            18.00-21.30 Fr                09.30-20.30 Sa/So            auf Anfrage  Damen:        Do                18.00-21.30	
19.00 - 19.55  DEEP WORK	19.00-19.55  PILATES	19.30 - 20.00  TABATA	19.15 – 20.15  	19.00 – 19.55  DEEP WORK		
<b>Kurse Raume 2</b>						
10. - 10.45  			09.45 - 10.30  			
18.00 - 19.00 Freies Training Ohne Musik 	19.00 - 20.00  	18.00 - 19.00  		18.00 - 19.00 Freies Training Ohne Musik 	10.30 - 11.30 Freies Training Ohne Musik 