









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
Kurse Raum 1						
09.00- 09.20 Bauch Total	09.00 - 09.45 YOGA ELEMENTAL	09.00 – 09.45 RÜCKEN	09.00 - 09.20 Bauch Total	09.00 – 09.45 RÜCKEN	 Gronau + Sarstedt Gutenbergstr. 14B 31157 Sarstedt 05066/ 984 984 4	
09.30-10.15 Pilates	10.00-10.30 	10.00-10.45 Bodyworkout	09.30-10.15	10.00 – 10.20 Bauch Total		
					11.00 - 11.45 GET FIT	
17.30 – 18.00 FLEXI-BAR	17.30 – 17.50 BAUCH TOTAL	17.30 - 18.00 	17.30– 18.00	17.15 – 18.00 Step-Fatburner	11.45 - 12.30 	
18.15 – 19.00	18.00 -19.00 	18.15 - 19.00 Free Athletics	18.15- 19.00 	18.15 – 19.00 Free Athletic		
19.15 – 20.00 YOGA ELEMENTALS	19.15-20.00 RÜCKEN	19.15 - 20.00 Power Dumbell	19.15 – 20.00 PILATES		Öffnungszeiten-Sauna Gemischt: Mo 09.30-21.30 Fr 09.30-20.30 Di/Mi 18.00-21.30 Sa/So auf Anfrage	
Kurse Raume 2						
18.00 - 19.00 Freies Training Ohne Musik 				18.00 - 19.00 Freies Training Ohne Musik 	10.30 - 11.30 Freies Training Ohne Musik 