

# KURSPROGRAMM



ab 01.02.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		<b>08.45 REHA-Sport</b> 45 Min			
<b>09.00 BBP</b> 60 Min		<b>09.30 WS-Gymnastik</b> 60 Min	<b>09.30 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>09.00 AeroMix</b> 60 Min	
<b>10.00 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>10.00 REHA-Sport</b> 45 Min			<b>10.00 REHA-Sport</b> 45 Min	<b>9.00 Power-Pilates</b> 60 min
<b>16.45 REHA-Sport</b> 45 Min			<b>17.15 REHA-Sport</b> 45 Min		
<b>17.30 Powerfit</b> 60 Min	<b>17.30 Yoga</b> 90 Min	<b>17.30 BBPplus</b> 60 Min			
<b>18.00 Indoor-Cycling</b> 60 Min	<b>18.15 Athletik Training</b> 60 min	<b>18.30 Zumba</b> 60 Min	<b>18.00 Pilates</b> 60 Min		
<b>19.00 Indoor-Cycling</b> 60 Min			<b>18.00 Indoor-Cycling</b> 60 Min		
<b>19.00 Zumba</b> 60 Min	<b>19.15 REHA-Sport</b> 45 Min				
<b>Sauna Öffnungszeiten:</b>					
Montag - Mittwoch: 16.00 - 22.00					
Donnerstag (Damensauna): 14.00 - 22.00					
Freitag: 10.00 - 22.00					
Samstag, Sonntag, Feiertag: 13.00 - 21.00					