



Group Fitness Programm

Montag	09.30	Yogaeasy Yoga	Trangja	55	Arena
	10.45	Fit mit 60+	Naumi	55	Arena
	12.30	Lunchtime	Lara	45	Arena
	18.30	Fitbox	Carla	55	Arena
	19.00	hellor® JAZZ/FIT	Sarina	55	Jump
	19.45	Yogaeasy Yoga	Trangja	55	Arena
Dienstag	08.45	TRX® Suspension Training®	Johella	55	Arena
	19.00	Body Workout	Sarah	55	Arena
Mittwoch	08.45	hellor® JAZZ/FIT	Christi	55	Arena
	18.30	Body Workout	Naumi	55	Arena
Donnerstag	09.00	hellor® JAZZ/FIT	Sarina	55	Jump
	09.45	Beuge- Mobilisation	Christi	55	Arena
	18.30	Beuge- Mobilisation	Christi	55	Arena
	19.45	SCORPION®	Jeanette	75	Arena
Freitag	08.45	Fitbox	Carla	55	Arena
Samstag	09.00	Surfbox	TIAM	55	Arena
		Body Workout, TRX, hellor®			
Sonntag	09.30	SCORPION®	Ulrich	75	Arena

- Kinderbetreuung von 08.30 – 11.00 Uhr
- mit Newsletter



Wünscht du keine Kursänderungen oder ~~ausfälle~~ mehr verpasst? Dann lade jetzt unsere App **hellor dich gelb** kostenlos im App-Store oder bei Google Play herunter.