

Mo. 26.10.			Di. 27.10.			Mi. 28.10.			Do. 29.10.			Fr. 30.10.			Sa. 31.10.		So. 01.11.	
GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)	Spinning/ Functional Training	GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)	Spinning/ Functional Training	GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)	Spinning/ Functional Training	GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)	Spinning/ Functional Training	GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)	Spinning/ Functional Training	GYM 1 (im 4.OG)	GYM 2 (im 5.OG)		
9.30 Rücken-Fit Claudia	9.15 Bauchtanz Olga	9.30 Fatburner Spinning Betina	9.00 Figur-Training Julia	9.30 Bauch-Beine-Po Silvana		9.15 Faszien-Training Stefanie	9.30 WS-Gym Claudia		9.00 Faszien-Training Silvana			9.30 WS-Gym Claudia	9.30 Figur-Training Brigitta		9.30 Latino Low Andreas		10.00 WS-Gym Claudia	
10.30 Somatisches Yoga Alessandra	10.30 Pilates Claudia		10.15 BodyART Julia	10.30 Pilates Einsteiger Silvana			10.30 Figur-Tr. Fit Mix Claudia		10.15 Physio-Gym Silvana	9.30 Latino Low Technik Yordanis		10.30 Therapeutisches Yoga Claudia	10.30 Pilates Fortgeschritten Brigitta		11.00 Figur-Training Elena		11.00 Figur-Training Claudia	
							11.30 Therapeutisches Yoga Claudia											12.05 Stretching Claudia
17.00 Latino Low Technik Yordanis	17.00 Physio-Gym Nico					17.00 Physio-Gym Silvana						17.00 Fit ins Wochenende Claudia						
18.15 Cuba Baila Low Yordanis	18.00 Yoga Claudia	19.00 Spinning Tobias	17.30 Workout Elena			18.15 Präv.Rück. Training Silvana			17.30 Pilates Brigitta			18.15 Yoga Claudia						
		19.15 Synrgy 360 Nico	18.45 Stretching Elena	18.30 Somatisches Yoga Alessandra			19.10 Zumba Low Tony		18.45 Figur-Training Brigitta	19.00 Freeathletics Training Florian								

Bitte beachten Sie: Nach Beendigung der Aufwärmphase ist kein Einlass in die Kurse mehr möglich.

Die Kurse enden i. d. R. fünf Minuten vor Beginn des Folgekurses.

An Feiertagen finden Kurse laut Aushang statt.

Öffnungszeiten:

ArenaVita: Täglich von 8 bis 22 Uhr (24./25. Dezember geschlossen).

Anmeldung erforderlich