

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 18 Uhr	Betreuungszeit 8 – 13 Uhr	Keine Betreuung durch Trainer
REHAsport 10:30 – 11:15 Uhr	Deep Power 11 – 11:30 Uhr		Rücken Aktiv 11 – 11:45 Uhr		Bauch Beine Po 11 – 11:45 Uhr	
				Body Workout 16:45 – 17:45 Uhr		
Bauch Beine Po 18 – 19 Uhr	Rücken Aktiv 18 – 18:45 Uhr	Deep Power 18 – 18:30 Uhr	REHAsport 17:30 – 18:15 Uhr			
Deep Power 19:15 – 19:45 Uhr	REHAsport 19:00 – 19:45 Uhr	Fatburner - Step 18:45 – 19:45 Uhr	XCO Fitness 18:30 – 19:30 Uhr			

blu
Dein Fitness-Studio
im Siebenquell

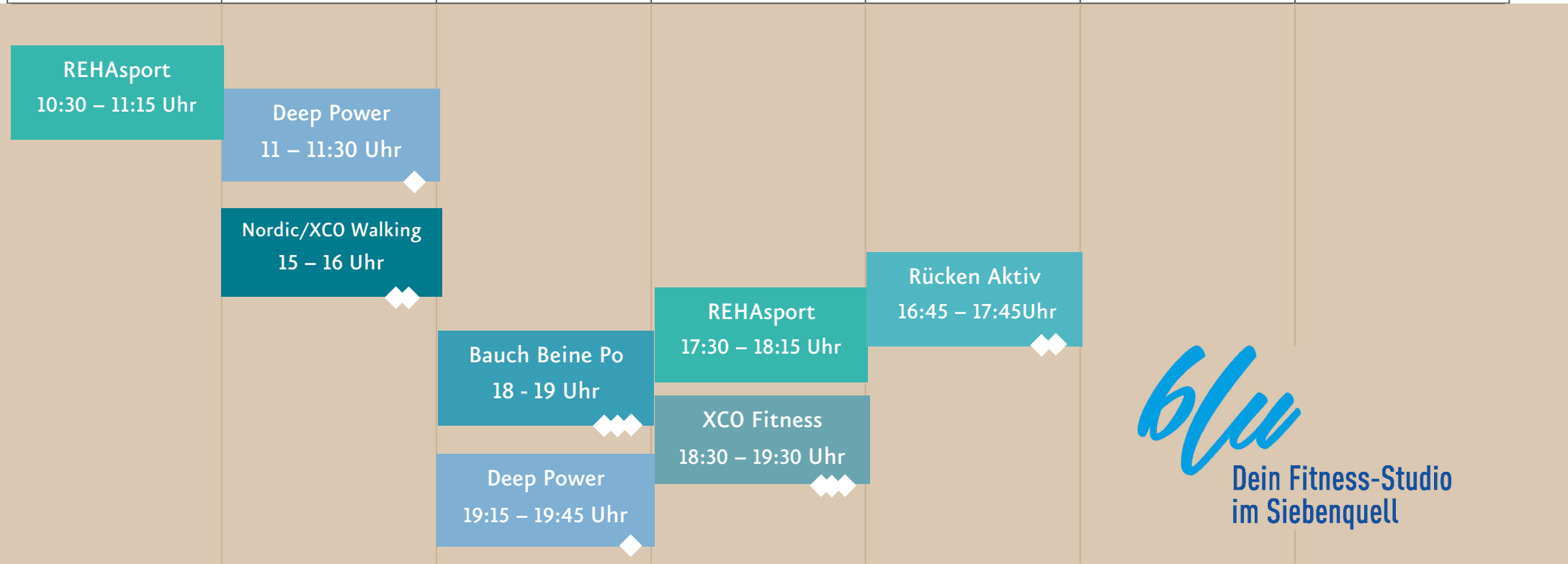
Bitte beachten Sie unsere geltenden Hygienevorschriften und -maßnahmen

- Wir bitten um An- und Abmeldung für alle Kurse. Diese finden ab 3 Anmeldungen statt.
- Bitte zu jedem Kurs ein großes Handtuch mitbringen und sporttaugliches Schuhwerk tragen.
- **Rehasport:** Teilnahme nur mit separater ärztlicher Verordnung.
- Alle Kurse finden im Tagungsraum des Hotels statt.

Intensitätsskala:

- ◆ **Leicht** (für alle geeignet)
- ◆◆ **Mittel** (für Fortgeschrittene und Beginner geeignet)
- ◆◆◆ **Intensiv** (für Fortgeschrittene geeignet)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Betreuungszeit 8 – 16 Uhr	Betreuungszeit 8 – 16 Uhr	Betreuungszeit 12 – 20 Uhr	Betreuungszeit 12 – 20 Uhr	Betreuungszeit 10 – 18 Uhr	Keine Betreuung durch Trainer	Keine Betreuung durch Trainer



Bitte beachten Sie unsere geltenden Hygienevorschriften und -maßnahmen

- Wir bitten um An- und Abmeldung für alle Kurse. Diese finden ab 3 Anmeldungen statt.
- Bitte zu jedem Kurs ein großes Handtuch mitbringen und sporttaugliches Schuhwerk tragen.
- **Rehasport:** Teilnahme nur mit separater ärztlicher Verordnung.
- Alle Kurse finden im Tagungsraum des Hotels statt.

Intensitätsskala:

- ◆ **Leicht** (für alle geeignet)
- ◆◆ **Mittel** (für Fortgeschrittene und Beginner geeignet)
- ◆◆◆ **Intensiv** (für Fortgeschrittene geeignet)