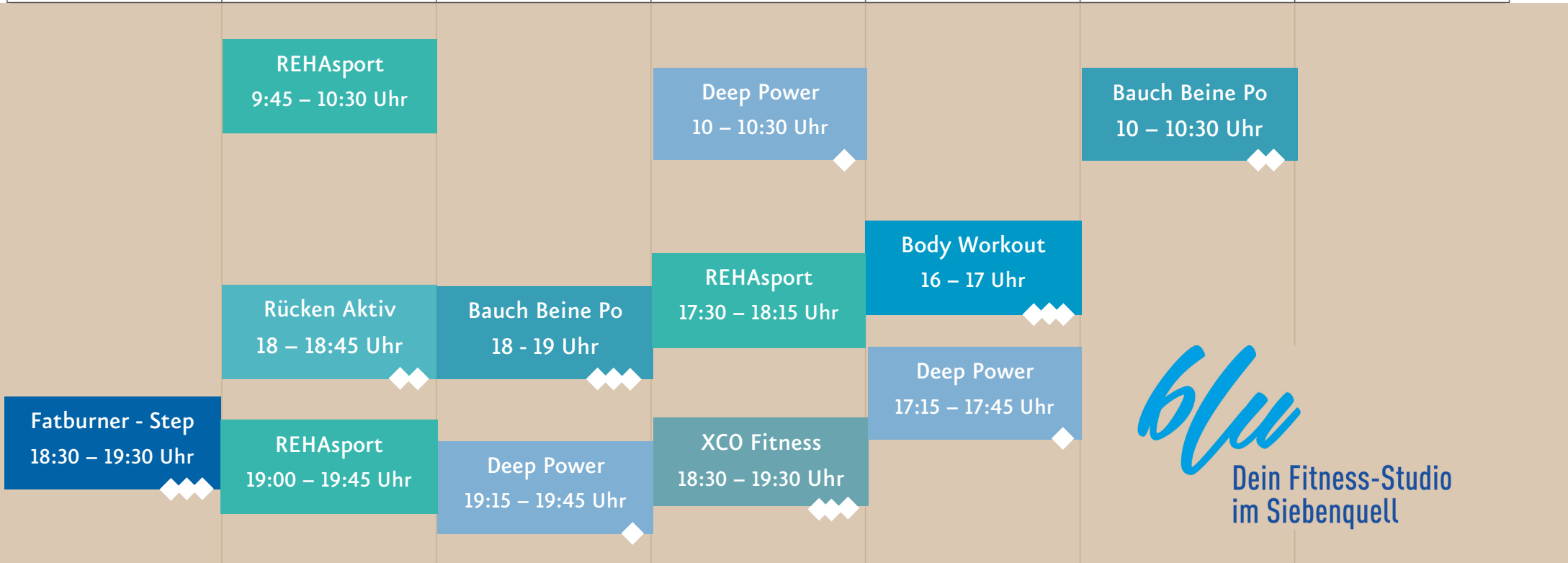




MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 20 Uhr	Betreuungszeit 8 – 19 Uhr	Betreuungszeit 8 – 13 Uhr	Keine Betreuung durch Trainer



Bitte beachten Sie unsere geltenden Hygienevorschriften und -maßnahmen

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

Intensitätsskala:

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

