

# Kursplan Sommer 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.30 - 10.30 Uhr Pilates		9.30 - 10.30 Uhr Starke Mitte		9.30 - 10.30 Uhr Bauch Beine Po
17.30 - 18.30 Uhr Pilates	18.30 - 19.30 Uhr Bauchkiller	17.30 - 18.30 Uhr Jumping Fitness		
18.30 - 19.30 Uhr Yoga Flow	19.30 - 20.30 Uhr Jumping Fitness	18.30 - 19.30 Uhr HIIT Training	18.00 - 19.00 Uhr Hatha Yoga	18.30 - 19.30 Uhr Bauch Beine Po
19.00 - 20.00 Uhr Indoor Cycling ganzjährig		19.00 - 20.00 Uhr Indoor Cycling ganzjährig	19.00 - 20.00 Uhr Starke Mitte	19.30 - 20.30 Uhr HIIT Training
19.30 - 20.30 Uhr Jumping Fitness		19.30 - 20.30 Uhr Pilates		
20.00 - 21.00 Uhr Indoor Cycling		20.00 - 21.00 Uhr Indoor Cycling		

## Info:

Für Jumping Fitness und Indoor Cycling ist eine vorherige Reservierung erforderlich

**WORKOUTWEST**