

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Öffnungszeit 08:00-22:00	Öffnungszeit 08:00-22:00	Öffnungszeit 08:00-22:00	Öffnungszeit 08:00-22:00	Öffnungszeit 08:00-22:00	Öffnungszeit 09:00-18:00	Öffnungszeit 09:00-18:00
9:00-9:45 Rücken & Yoga	9:00-9:45 Rücken Fit	9:00-9:45 BOP	9:00-9:45 Rücken Fit	9:00-9:45 Rücken Fit	9:30-10:15 BOP	10:00-10:45 Rücken Fit
10:00-10:45 BOP	10:00-10:45 BOP	10:00-10:45 Pilates	10:00-10:45 effective Zirkel	10:00-10:45 BOP	10:30-11:15 Yoga Balance	11:00-11:45 siehe unten!
	11:00-11:30 Aqua Fit Reha		10:00-10:30 Aqua Fit Reha		11:30-12:00 Aqua Fit	
			10:00-10:45 Rehasport			

Stand 01.07.2020

18:00-18:45 Rücken Fit	17:00-17:45 Rücken Fit	17:00-17:45 Rehasport	18:30-19:15 Rücken Fit	18:00-18:45 Zumba
19:00-19:45 BOP	18:00-18:30 Aqua Fit	17:15-17:45 Aqua Fit	19:30-20:15 BOP	19:00-19:45 Functional
19:00-19:30 Aqua Fit Reha	18:00-18:45 Pilates	18:00-18:45 Langhantel		
20:00-20:45 Zumba	19:00-19:45 Step Basic	19:00-19:45 Yoga Balance		
	20:00-20:45 Boxworkout			

Die Sonntage im Juli

- 05.07.20 Rücken Fit + Power Hour mit Désirée
- 12.07.20 Rücken Fit + Tabata mit Samira
- 19.07.20 Rücken Fit + Power Hour mit Matthias
- 26.07.20 Rücken Fit + BOP mit Susanne



FUN ARENA GmbH & Co. KG | Heidekoppel 3-5
24558 Henstedt-Ulzburg | Tel. 04193 882050
www.fitness-arena.info

Gym 1+2	Trainingsfläche	Aqua Fit Anmeldung mit eFit	rot = neu	REHASPORT 01573-0940367
---------	-----------------	--------------------------------	-----------	-------------------------