

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
	Functional	Group X	Functional	Group X	Functional	Group X	Functional	Group X	Functional	Group X
6.45				6.45 – 7.45 Yogalates						
8.00										
9.00			9.00 – 9.30 TRU Mobility				9.00 – 9.30 TRU Rückenfit			
12.00		12.00 – 13.00 HYROX					12.00 – 13.00 HYROX			12.00 – 13.15 Yoga Basic
15.00										15.00 – 15.45 LES MILLS Bodypump
16.00		16.00 – 16.45 TRU Kids Class		16.00 – 17.00 Yogalates			16.00 – 17.00 Yogalates			
17.00		17.00 – 18.00 LES MILLS Shapes				17.15 – 17.45 HYROX Beginner				16.45 – 17.45 HYROX
18.00		18.00 – 19.00 Pilates		17.30 – 18.40 Yoga		18.00 – 19.00 HYROX		17.30 – 18.30 HYROX		18.00 – 19.10 Vinyasa Yoga
19.00		19.15 – 20.15 Hatha Yoga		18.45 – 19.45 LES MILLS Bodyattack		19.10 – 20.10 LES MILLS Bodypump		18.40 – 19.25 LES MILLS Bodyattack		19.15 – 19.45 Yin Yoga
20.00				19.50 – 20.50 HYROX				19.30 – 20.15 LES MILLS Bodypump		

	SAMSTAG		SONNTAG	
	Functional	Group X	Functional	Group X
9.00				09.15 – 10.15 Pilates
10.00		9.30 – 10.15 LES MILLS Bodypump		10.15 – 11.15 Yoga
11.00		10.20 – 11.05 LES MILLS Shapes		
12.00		11.45 – 12.15 HYROX Beginner		11.30 – 12.30 LES MILLS Bodypump
13.00		12.30 – 13.30 HYROX		
14.00				
15.00				15.00 – 16.00 TRU Kids Class
16.00				
17.00				
18.00				
19.00				

KURSPLAN

- Infos und Anmeldung**
Über die MySports App erhaltet ihr alle Informationen zu den einzelnen Kursen und die Möglichkeit, euch anzumelden.
- Kids-Class**
Unsere Kids Class ist für Kinder zwischen 3-8 Jahre. Anmeldung bitte über die MySports App.