

Kursplan Nindorf

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Pilates 09:30 – 10:30 Kirsten	Rückenfit/Mobility 09:00-09:50 Annika			Rückenfit 09:00-09:50 Annika	
					Indoorcycling 10:00-11:00 Denise
Rücken Fit 17:45-18:45 Annika		Functional Training 17:00-18:00 Sunny	Rücken Fit 17:00-18:00 Thomas	Bauchzirkel 17:15– 17:45 Kirsten	
Indoorcycling 18:45-19:45 Merle	Mobility 18:00 – 18:45 Thomas	Functional Training 18:00-19:00 Annika	Faszien 18:00-18:45 Thomas	Indoorcycling 18:00 - 19:00 Merle/Denise	
Jumping 19:55-20:40 Annika	Strong Core 19:00 – 19:40 Thomas	Jumping 19:15-20:00 Annika	Bodyshape 19:00-19:45 Thomas	Pilates 19:00-20:00 Kirsten	

Öffnungszeiten

Montag - Freitag
08:00 Uhr - 22:00 Uhr

Samstag + Sonntag
09:30 Uhr - 19:00 Uhr

An Feiertagen
11:00 Uhr - 15 Uhr

Sauna

Montag bis Freitag
12:00 - 21:00 Uhr

*Samstag
12:00 Uhr - 16:00 Uhr

*Sonntag
12:00 Uhr - 15:00 Uhr
*Auf Anfrage

Damensauna

Mittwoch
10:00 Uhr - 18:00 Uhr