

# Kursplan Dezember 2023



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Saal 1		<b>Zirkeltraining</b> 9.00-10.00 Nicole		<b>Wirbelsäule</b> 9.00-10.00 Mike	
					<b>Kids Dance(4-6J)</b> 15.00-16.00 Magda
	<b>Streetdance (8-10J.)</b> 17.00-18.00 Ariana		<b>Showdance(13-16J.)</b> 18.30-19.30 Magda	<b>Pilates</b> 18.00-19.00 Sandra	<b>Streetdance(9-12J.)</b> 16.00-17.00 Magda
	<b>Zumba</b> 19.00-20.00 Nina			<b>HIIT</b> 19.00-20.00 Sandra	<b>Streetdance(6-8J.)</b> 17.00-18.00 Ariana
Saal 2	<b>Indoor Cycling</b> 18.30-19.30 Tanja	<b>Langhantel</b> 18.30-19.30 <b>Bauch/Stretching</b> 19.30-20.00	<b>Karate/Sankan</b> 15.30- 18.00 <b>Indoor Cycling</b> 18.00-19.00 19.00-20.00 Anja		<b>Indoor Cycling</b> 18.00-19.00 Sandra



<b>Öffnungszeiten</b>	<b>29.4 bis 24.09.</b>	<b>ab 30.9.</b>
Montag-Freitag	6.30-22.00	6.30-22.00
Samstag/ Feiertag	8.00-13.00	12.00-18.00
Sonntag	8.00-13.00	10.00-18.00

\* Die Karatekurse sind nicht Bestandteil des Kursangebotes

**Unsere Krankenkassen-Partner:**  
AOK/ DAK/ Barmer GEK/ BKK (alle)/ Techniker  
Bezuschussung (individuelle Maßnahme): Wirbelsäule