

# Gruppenkurse

(Ab 11. Juli 2024)

| Montag                          | Dienstag                          | Mittwoch                          | Donnerstag                          | Freitag  |
|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|--|
| 10:00-10:55<br><b>YOGA</b>      | 09:00-09:55<br><b>PILATES</b>     | 09:00-09:55<br><b>WIRBELSÄULE</b> | 09:00-09:55<br><b>BODYSTYLING</b>   |  |
|                                 | 10:00-10:55<br><b>BODYSTYLING</b> | 10:00-11:25<br><b>BODYSTYLING</b> | 10:00-10:55<br><b>PILATES</b>       | 10:00-10:55<br><b>YOGA</b>                           |
|                                 | 17:00-17:55<br><b>RÜCKEN</b>      |                                   | 17:00-17:55<br><b>TRX BEG.</b>      | 1 x / Monat: 16:00<br>- 17:30<br><b>YOGA SPECIAL</b> |
| 18:00-18:55<br><b>PILATES</b>   | 18:00-18:55<br><b>PILATES</b>     | 17:00-17:55<br><b>PILATES</b>     | 18:00-18:55<br><b>BAUCH/BEIN/PO</b> |  |
| 19:00-19:55<br><b>HOT POWER</b> | 19:00-19:55<br><b>BOOTCAMP</b>    | 18:00-18:55<br><b>TRX</b>         | 19:00-19:55<br><b>YOGA</b>          |  |
| 20:00-20:55<br><b>YOGA</b>      |                                   | 19:00-19:55<br><b>HOT POWER</b>   |                                     |  |

# Indoor Cycling

| Mo | Di                         | Mi | Do | Fr |
|----|----------------------------|----|----|----|
|    |                            |    |    |    |
|    | 18:30-19:25<br><b>ANDI</b> |    |    |    |

Buche deine Kurse jederzeit und überall. So einfach geht's:

1. Lass dich von unserem Team für die **The Point App** freischalten.
2. Du erhältst eine E-Mail. Bitte klicke auf den Button und lege deinen Account an.
3. Lade die **The Point App** mit dem QR-Code aus dem Playstore oder Appstore herunter.

