



ÖFFNUNGSZEITEN:

24 Stunden pro Tag geöffnet,
365 Tage im Jahr

BETREUUNGSZEITEN:

Mo. bis Fr.: 08:00-21:00
Sa., So. , Feiertag: 10:00-18:00

INFO-HOTLINE:

0351 - 795 17 30

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus
Dehnung mit Stefan 9:00 - 10:00	9:00 - 10:00	Fit in den Tag mit Christin 9:00 - 10:00			Basic Stretching 10:00	
Wähle dir deinen Cyberkurs aus		Wähle dir deinen Cyberkurs aus				
Bauch, Beine, Po mit André 17:45-18:45		Movement & Stretch mit Arnold 18:00 - 19:00	HIIT mit André 17:30 - 18:30			Power Stretching 16:00
	Pump Fit mit Mike 19:00-20:00	Faszien & Entspannung mit Arnold 19:00 - 20:00	HIIT (fortgeschritten) mit André 19:00 - 20:00	Boxen (fortgeschritten) mit Stefan 18:00 - 20:00		
Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus	Wähle dir deinen Cyberkurs aus

Jeder Live-Kurs wird ab einer Teilnehmerzahl von 5 Personen durchgeführt.

www.fitnessarena.de

Alle Live-Kurse sind per App oder am Computer buchbar.