

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:55 Rückenfitness Suse	09:00 - 09:55 Pilates Beginner Suse	09:00 - 09:55 Rückenfit & Stretch Anja	09:15 - 10:15 MamiFitness mit Baby Suse	08:15 - 08:45 Tabata Suse		
10:00 - 10:55 Body Pump™ Suse	10:00 - 10:55 Bodystyling Suse	10:00 - 10:55 Body Pump™ Anja	10:30 - 11:30 Rückbildung mit Baby Suse	09:00 - 09:45 Winter Fit Suse		
				09:00 - 09:55 Yoga Alexandra	<b>NEU: 10:00 - 11:00</b> <b>DEPOT Cycling</b> <b>Dirk</b>	10:00 - 10:55 Pilates Alexandra
				10:00 - 10:55 Faszienfitness Dirk		10:00 - 10:55 Body Pump™ Anja
	18:00 - 19:00 All Jugendtraining Daniela		18:00 - 19:00 All Jugendtraining Anja	11:00 - 11:55 Rückenfitness Dirk	11:00 - 11:55 deepWORK® Anja	12:00 - 13:00 Functional Training David
18:00 - 18:55 Body Pump™ Anja	18:00 - 18:55 Rückenfitness Anja	18:00 - 18:55 Pilates Suse	18:00 - 18:55 Bodystyling Nicole		13:00 - 14:00 Jugendtraining Gavin	
18:30 - 19:30 DEPOT Cycling Dirk	18:30 - 19:00 Just Abs Katrin		18:00 - 19:00 DEPOT Cycling Dirk			
	19:15 - 19:45 Tabata Katrin			18:00 - 19:00 Functional Training David	<b>Grün = Outdoor Kurse</b> <b>Finden in der Workout Arena statt.</b> <b>Platzreservierung notwendig!</b>	
19:00 - 19:55 Step Aerobic Nicole	19:00 - 19:55 deepWORK® Anja	19:00 - 19:55 Zumba® Luis	19:15 - 19:45 Stretching Julia	19:00 - 20:30 All Hatha Yoga Peter	<b>Rosa = Livestream über Jitsi App</b> <b>Nur mit Zugangslink &amp; Passwort</b> <b>Auch über den Onlinetarif nutzbar!</b>	
20:00 - 20:55 Rückenfitness Dirk	20:00 - 20:55 Yoga Alexandra	20:00 - 20:55 Body Pump™ Suse			<b>Blau = Indoor Kurse</b> <b>Kursraum mit Lüftungskonzept</b> <b>Platzreservierung notwendig!</b>	

Online Livestream über den Meet JitSi DEPOT Livestream. Link und Passwort senden wir Dir per E-Mail.

Wir empfehlen generell das Training mit eigener Matte. Handtuch als Unterlage nicht vergessen.

Bitte erscheine erst 5 Minuten vor Kursbeginn. Beachte die Hygienehinweise und nutze die Desinfektionsstationen.