

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:55 Rückenfitness Suse	09:00 - 09:55 Pilates Beginner Suse	NEU: 09:00 - 09:55 Rückenfit &Stretch i.W.	09:00 - 09:55 Body Pump™ Suse	08:15 - 08:45 HIIT Suse		
10:00 - 10:55 Body Pump™ Suse	10:00 - 10:55 Bodystyling Suse			09:00 - 09:45 Summer Fit Suse		
	Kinderbetreuung 9:00-11:00 Uhr Kostenlos mit Anmeldung!		Kinderbetreuung 9:00-10:30 Uhr Kostenlos mit Anmeldung!	09:00 - 09:55 Yoga Alexandra	10:00 - 10:55 Body Pump™ i.W.	10:00 - 10:55 Pilates Alexandra
	17:45 - 18:45 All Jugendtraining Daniela			10:00 - 10:55 Faszienfitness Dirk		11:00 - 11:55 Zumba® Step Luis
	18:00 - 18:55 Rückenfitness i.W.		18:00 - 19:00 All Jugendtraining David	11:00 - 11:55 Rückenfitness Dirk	11:00 - 12:00 DEPOT Cycling Katrin	12:00 - 13:00 Functional Training David
18:00 - 18:55 Body Pump™ i.W.	18:30 - 19:00 Just Abs Katrin	18:00 - 18:55 Pilates Andrea	18:00 - 18:55 Bodystyling Nicole		12:30 - 13:30 Jugendtraining Gavin	
18:30 - 19:30 DEPOT Cycling Dirk	19:15 - 19:45 Tabata Katrin	19:00 - 19:45 Summer Fit Shaleen	18:00 - 19:00 DEPOT Cycling Dirk			
			19:15 - 20:00 Tabata & Just Abs Katrin	18:00 - 19:00 Functional Training David	Grün = Outdoor Kurse Finden in der Workout Arena statt. Platzreservierung notwendig!	
19:00 - 19:55 Step Aerobic Nicole	19:00 - 19:55 Booty Workout Julia	19:00 - 19:55 Zumba® Luis	19:15 - 19:45 Stretching Julia	19:00 - 20:30 All Hatha Yoga Peter	Rosa = Livestream über Jitsi App Nur mit Zugangslink & Passwort Auch über den Onlinetarif nutzbar!	
20:00 - 20:55 Rückenfitness Dirk	20:00 - 20:55 Yoga Alexandra	20:00 - 20:55 Body Pump™ Shaleen			Blau = Indoor Kurse Kursraum mit Lüftungskonzept Platzreservierung notwendig!	

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.