

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
09:00 - 09:45 Rückenfitness Suse	09:00 - 09:45 Pilates Beginner Suse	09:00 - 09:45 Bodystyling Beginner Anja	09:00 - 09:45 Body Pump™ Anja	08:15 - 08:45 Les Mills GRIT™ Suse			
10:00 - 10:45 Body Pump™ Suse	10:00 - 10:45 Bodystyling Suse	10:00 - 10:30 Stretching Anja	10:00 - 10:45 deepWORK® Anja	09:00 - 09:45 All Bodystyling Suse			
	Kinderbetreuung 9:30-11:00 Uhr Kostenlos mit Anmeldung!		Kinderbetreuung 8:45-11:00 Uhr Kostenlos mit Anmeldung!	09:00 - 09:45 Yoga Alexandra	10:00 - 10:45 Body Pump™ Anja	10:00 - 10:45 Pilates Alexandra	
				10:00 - 10:45 Faszienfitness Dirk	11:00 - 11:45 deepWORK® Anja	11:00 - 11:45 Zumba® Step Luis	
		17:45 - 18:45 All Jugendtraining Julia		18:00 - 19:00 All Jugendtraining Julia	11:00 - 11:45 Rückenfitness Dirk	11:00 - 12:00 DEPOT Cycling Katrin	12:00 - 13:00 Functional Training David
18:00 - 18:45 Body Pump™ Anja	18:00 - 18:45 Rückenfitness i.W.	18:00 - 18:45 Pilates Andrea	18:00 - 18:45 Bodystyling Nicole		12:30 - 13:30 Jugendtraining Julia		
18:30 - 19:30 DEPOT Cycling Dirk	18:00 - 18:30 Just Abs Katrin		18:00 - 19:00 DEPOT Cycling Dirk				
	18:45- 19:15 Tabata Katrin		19:15 - 20:00 NEU: Tabata & Just Abs Katrin	18:00 - 19:00 Functional Training David	Grün = Outdoor Kurse Finden der Outdoor Arena statt. Platzreservierung notwendig!		
19:00 - 19:45 Step Aerobic Nicole	19:00 - 19:45 Booty Workout Julia	19:00 - 19:45 Zumba® Luis	Neu: 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 - 20:45 Rückenfitness Dirk	20:00 - 20:45 Yoga Alexandra	20:00 - 20:45 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 unser Schutz- und Hygienekonzept und nutzt die Desinfektionsstationen.