

Stundenplan 2020

Tag	Zeit	Dauer	Kurs
Dienstag	08.45–09.45	60 Min.	Functional Training
	10.00–11.00	60 Min.	Antara® & Stretch
	18.00–18.40	40 Min.	M.A.X.® & More
	19.10–20.10	60 Min.	Rückbildung
Mittwoch	08.30–09.40	70 Min.	Step & Tone
	10.00–11.00	60 Min.	Antara® Klassik
	18.00–19.00	60 Min.	Functional Training
	19.15–20.15	60 Min.	Functional Training
Donnerstag	07.00–16.30	60 Min.	PT möglich*
Freitag	08.45–09.45	60 Min.	Antara® Klassik
	10.00–11.00	60 Min.	Functional Training
	16.00–17.00	60 Min.	PT möglich*
	17.15–18.15	60 Min.	Antara® Strong
Samstag	08.00–12.00	60 Min.	PT möglich*

* PT = Personal Trainings sind aus Kapazitätsgründen nur vier pro Woche möglich.