

MONTAG

GEÖFFNET: 6.00 - 22.30 UHR

LOFT 1 LOFT 2

	07.00 - 08.00 BODYPUMP™
09.00 - 10.00 Rücken Fit	
10.05 - 11.05 Indoor Cycling	10.05 - 11.05 BODYART™
11.45 - 12.30 Rehasport	

DIENSTAG

GEÖFFNET: 6.00 - 22.30 UHR

LOFT 1 LOFT 2

08.00 - 08.45 Rehasport	
09.00 - 10.00 Pilates	09.00 - 10.00 DEEPWORK®
10.45 - 11.30 Rehasport	10.05 - 10.50 Stretch & Relax NEU
11.45 - 12.30 Rehasport	

MITTWOCH

GEÖFFNET: 6.00 - 22.30 UHR

LOFT 1 LOFT 2

09.00 - 10.00 Rücken Fit	09.00 - 10.00 BODYPUMP™
10.05 - 11.05 Indoor Cycling	10.05 - 11.20 Yoga NEU
09.30 - 10.30 Nordic Walking	

DONNERSTAG

GEÖFFNET: 6.00 - 22.30 UHR

LOFT 1 LOFT 2

07.00 - 08.00 Indoor Cycling	
09.00 - 10.00 Pilates NEU	09.00 - 10.00 4STREATZ®
10.15 - 11.00 Rehasport	10.05 - 11.05 Bauch & Stretch
11.15 - 12.00 Rehasport	

FREITAG

GEÖFFNET: 6.00 - 22.30 UHR

LOFT 1 LOFT 2

09.00 - 10.00 Rücken Fit	09.00 - 10.00 BODYART™
10.05 - 11.05 Indoor Cycling	10.05 - 11.05 DEEPWORK®

SAMSTAG

GEÖFFNET: 8.00 - 22.00 UHR

LOFT 1 LOFT 2

10.00 - 11.15 Yoga	10.00 - 11.00 BODYPUMP™
	11.05 - 12.05 BODYCOMBAT™

SONNTAG

GEÖFFNET: 8.00 - 22.00 UHR

LOFT 1 LOFT 2

	10.00 - 11.00 Rücken Fit
11.05 - 12.05 Indoor Cycling NEU	11.05 - 11.50 Stretch & Relax NEU
10.00 - 11.00 Nordic Walking	

ALLGEMEINES & ANMELDUNG

⇒ Bring bitte zu allen Kursen ein Handtuch mit.

⇒ An Feiertagen findet ein variables Kursprogramm statt. Info über Newsletter.

Rehasport: Gesundheitskurs für alle, die unter körperlichen Beschwerden leiden
Voraussetzung für die Teilnahme: Verordnung vom behandelnden Arzt.
Weitere Infos auf unserer Website: www.aktivpark.com/rehasport

Outdoor: Kurse finden bei jedem Wetter draußen statt.

Melde Dich über unser Mitgliederportal unter www.aktivpark.com zu Deinem gewünschten Kurs an.

Scanne einfach den QR-Code und sichere Dir deinen Platz im Kurs.



Gültig ab dem 15. Januar 2024. Programmänderungen vorbehalten.

BRING A FRIEND: Hol Dir jetzt einen Gutschein für eine Gratis-Kurstunde bei Deinem Kurstrainer ab.

WWW.AKTIVPARK.COM