

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Yoga 8:30 – 10:00 Uhr	Rehasport 8.15 – 9:00 Uhr	Rehasport 8:15 – 9:00 Uhr	Rehasport 8:00 – 8:45 Uhr	Bodystyling 8:30 – 9:15 Uhr	
Rehasport 10:15 – 11:00 Uhr	Bodystyling 9:00 – 9:45 Uhr	Pilates 9:00 – 10:00 Uhr	Rehasport 8:45 – 9:30 Uhr	Qi Gong 9:15 – 10:15 Uhr	
Rehasport 11:15 – 12:00 Uhr	Rehasport 10:00 – 10:45 Uhr	Rehasport 10:15 – 11:00 Uhr	Pilates 9:30 – 10:30 Uhr	Rehasport* 10:15 – 11:00 Uhr	Pilates 10:00-11:00 Uhr
Rehasport 12:15 – 13:00 Uhr	Pilates 10:45 – 11:45 Uhr	Rehasport 11:15 – 12:00 Uhr	Zumba Gold 10:45 – 11:45 Uhr	Rehasport* 11:15 – 12:00 Uhr	Pilates 11:00 – 12:0 Uhr
	Rehasport 12:00-12:45 Uhr	Rehasport 12:15 – 13:00 Uhr	Rehasport 12:00 - 12:45 Uhr	Rehasport* 12:15 – 13.00 Uhr	
Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr		Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr		Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr	
Rehasport 16:00 – 16:45 Uhr	Rehasport 16:15 – 17:00 Uhr	Rehasport 16:00 – 16:45 Uhr	Rehasport 16:00 - 16:45 Uhr		
Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:15 – 18:00 Uhr	Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:15 – 18:00 Uhr	
Freestyle 18:00 – 19:00 Uhr	Rehasport 18:15 – 19:00 Uhr	Freestyle 18:00 – 19:00 Uhr	Rehasport 18:00 – 18:45 Uhr		
Aroha 19:00 – 20:00 Uhr	Zumba 19:00 – 20:00 Uhr	Yoga 19:00 – 20:00 Uhr	Pilates 18:45 – 19:45		
	Yoga 20:00 – 21:00 Uhr				

*Nur sitzend oder stehend zu absolvierende Übungen – keine Bodengymnastik

Gültig ab 01.01.2026

Das Gerätetraining ist während unserer Öffnungszeiten jederzeit möglich

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Yoga 8:30 – 10:00 Uhr	Rehasport 8.15 – 9:00 Uhr	Rehasport 8:15 – 9:00 Uhr	Rehasport 8:00 – 8:45 Uhr	Bodystyling 8:30 – 9:15 Uhr	
Rehasport 10:15 – 11:00 Uhr	Bodystyling 9:00 – 9:45 Uhr	Pilates 9:00 – 10:00 Uhr	Rehasport 8:45 – 9:30 Uhr	Qi Gong 9:15 – 10:15 Uhr	
Rehasport 11:15 – 12:00 Uhr	Rehasport 10:00 – 10:45 Uhr	Rehasport 10:15 – 11:00 Uhr	Pilates 9:30 – 10:30 Uhr	Rehasport* 10:15 – 11:00 Uhr	Pilates 10:00 -11:00 Uhr
Rehasport 12:15 – 13:00 Uhr	Pilates 10:45 – 11:45 Uhr	Rehasport 11:15 – 12:00 Uhr	Zumba Gold 10:45 – 11:45 Uhr	Rehasport* 11:15 – 12:00 Uhr	Pilates 11:00 – 12:00 Uhr
	Rehasport 12:00-12:45 Uhr	Rehasport 12:15 – 13:00 Uhr	Rehasport 12:00 - 12:45 Uhr	Rehasport* 12:15 – 13.00 Uhr	
Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr		Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr		Rehasport 15:00 – 15:45 Uhr	
Rehasport 16:00 – 16:45 Uhr	Rehasport 16:15 – 17:00 Uhr	Rehasport 16:00 – 16:45 Uhr	Rehasport 16:00 - 16:45 Uhr		
Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:15 – 18:00 Uhr	Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:00 – 17:45 Uhr	Rehasport 17:15 – 18:00 Uhr	
Freestyle 18:00 – 19:00 Uhr	Rehasport 18:15 – 19:00 Uhr	Freestyle 18:00 – 19:00 Uhr	Rehasport 18:00 – 18:45 Uhr		
Aroha 19:00 – 20:00 Uhr	Zumba 19:00 – 20:00 Uhr	Yoga 19:00 – 20:00 Uhr	Pilates 18:45 – 19:45		
	Yoga 20:00 – 21:00 Uhr				

*Nur sitzend oder stehend zu absolvierende Übungen – keine Bodengymnastik

Gültig ab 01.01.2026

Das Gerätetraining ist während unserer Öffnungszeiten jederzeit möglich