

**Es gelten folgende Regeln:**

1 Person = 1 Kurs pro Tag

Wahrung der Hygieneregeln.

Maskenpflicht

Handtuchpflicht

Wenn vorhanden eigene Matte mitbringen.

Pro Tag entweder 1 Kurs oder 1 Flächenbesuch.

Bitte beachtet unser Outdoor-Angebot, welches wir kurzfristig entsprechend der aktuellen Wetterlage bekannt geben.

Es gibt weiterhin Online-Kurse auf Youtube!

\* für diese Kurse bitte in die Teilnehmerlisten eintragen lassen, die am Empfang ausliegen

\*\* nur für Rehasportler

MONTAG	Raum 1	Raum 2	Fläche	DIENSTAG	Raum 1	Raum 2	Fläche	MITTWOCH	Raum 1	Raum 2	Fläche		
	Rehasport Premium** 8:00 - 8:45				Rehasport Premium** 8:00 - 8:45				Rehasport Premium** 8:00 - 8:45				
	Rehasport Premium** 9:45 - 10:30	Muscle Fit 9:30 - 10:25			RS-GYM** 8:45-9:30				Blackroll Pilates 9:00-9:25 9:30-10:25				
	Pilates 10:30 - 11:25				Bodystyling 9:30-10:55				Muscle Fit 10:30 - 11:25	Rehasport Premium** 10:00 - 10:45			
	RS Gym** 12:15 - 13:00	Rehasport Premium** 12:00 - 12:45			RS-GYM** 11:30 - 12:15				Rehasport Premium** 12:00 - 12:45				
					Rehasport Premium** 12:15 - 13:00				RS-GYM** 13:30 - 14:15				
	Rehasport Premium** 16:00 - 16:45				RS-GYM** 13:00 - 13:45	COPD** 14:00 - 14:55			RS-GYM** 15:00 - 15:45	Ballett 5-7 15:00 - 15:55			
	TRX* 17:00 - 17:55				RS-GYM** 15:00 - 15:45	COPD** 15:00 - 15:55			Rehasport Premium** 16:00 - 16:45	Ballett 7-9 16:00 - 16:55	Entspannung 16:30 - 17:55		
	Functional 18:00 - 18:55	Rücken 18:00 - 18:55								Pilates 17:00-17:55			
		Vinyasa 19:00 - 19:55									Simply Yoga 18:00 - 18:55		
Rehasport Premium** 20:00 - 20:45								Yoga für den Rücken 19:00 - 19:55					

DONNERSTAG	Raum 1	Raum 2	Fläche	FREITAG	Raum 1	Raum 2	Fläche	SAMSTAG	Raum 1	Raum 2	Fläche		
	RS-GYM** 8:30 - 9:15				RS-GYM** 8:30-9:15				RS-GYM** 10:00 - 10:45				
	Rehasport Premium** 9:30 - 10:15	Yoga 9:30 - 10:55			Thrill X 9:30 - 10:55	Rehasport Premium** 10:00 - 10:45			Zumba 11:00 - 11:55				
	RS-GYM** 11:30 - 12:15				Rehasport Premium** 11:45 - 12:30				Bodystyling 12:00 - 12:55				
	Rehasport Premium** 12:15 - 13:00				RS-GYM** 13:15 - 14:00								
					RS-GYM** 14:00 - 14:45								
	Rehasport Premium** 16:00 - 16:45				Ballett 3-5 J 15:00 - 15:55								
	TRX* 17:00 - 17:55				Rehasport Premium** 16:00 - 16:45								
	Body Fit 18:00 - 18:55	Rehasport Premium** 18:00 - 18:45			Hatha Yoga 17:00 - 18:25								
		Pilates 19:00 - 19:55			Bodystyling 18:30 - 19:25								
Boxen* 20:00 - 20:55	Rehasport Premium** 20:00 - 20:45												

Bitte beachtet unser Outdoor-Angebot, welches wir kurzfristig entsprechend der aktuellen Wetterlage bekannt geben.