

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Bunter Kurs allerlei
09:00 – 10:00 Uhr

Fit & Vital /Reha Aktiv
10:00 – 10:45 Uhr

Shake your Body
18:00 – 19:00 Uhr

Crozz-Fit
19:00 – 20:00 Uhr

Indoor Cycling
19:15 – 20:15 Uhr

Rückenfit
18:00 – 19:00Uhr

Bodyforming
19:15 - 20:15 Uhr

Pilates
18:00 – 19:00 Uhr

Fatburner Cycling
19:15 – 20:00 Uhr

Yoga für jedermann
17:00 – 18:00 Uhr

Zumba
18:05 – 19:05 Uhr

Crozz-Fit
19:00 – 20:00 Uhr

Trampolin-Fitness
19:15 – 20:00 Uhr

Rücken/ Fit Ball und mehr
im Kursraum
9:00 - 10:00 Uhr

Fit & Vital /Reha Aktiv +
10:00 – 10:45 Uhr

Indoor Cycling
8:30 – 19:30 Uhr

Trampolin-Fitness
17:15 – 18:00 Uhr

Samstag

Prävention

**Gesundheitssport/
Prävention**

**Herz-Kreislauf
Training/ Fatburner**

**Kraft/ Ausdauer/
Gewichtsreduktion**

Gesundheitszentrum Neukirchen; Am Bahnhof 2; 34626 Neukirchen Tel.: 06694-281853

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 8:30 – 13:00 Uhr und 15:00 – 19:30 Uhr
Mi 8:30 – 13:00 Uhr und 15:00 – 19:00Uhr
Fr 8:30 – 13:00 Uhr und 15:00 – 19:00 Uhr

Verein (Fingerprint): Mo – So 6:00 – 24:00 Uhr