MEDICAL SPORTS
KURSPLAN GÜLTIG AB 02.01.2024

WALDBURG-ZEIL KLINIKEN

Öffnungszeiten **MTT** werktags täglich von **07.00 - 08.30 Uhr** und **17.00 - 21.00 Uhr**
zusätzlich **Montags** von **12:00 - 14:00 Uhr**

09.00-20.00 MTT

Öffnungszeiten Bad & Sauna werktags täglich von 18.30 - 22.00 Uhr
Dienstags "Medical Sports Tag" von 18.30 - 22.00 Uhr

14:00 - 21:15 Uhr Bad & Sauna

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
17.00-17.45 Indoor Cycling Level 1 TH	17.00-17.45 Aquafitness Bad	17.00-17.45 Aquafitness Bad	17.00-17.45 Zumba TH	17.00-17.45 Pilates G4	09.00-09.45 Aquafitness Bad	
18.00-18.45 Jumping Fitness TH	18.00-18.45 Rückenfit TH	18.00-18.45 Yolates TH	18.00-18.45 Stretch & Relax G3	18.00-18.45 Rückenfit TH	10.00-10.45 Überraschungskurs - s. Premiumplaner TH	
19.00-19.45 Faszientraining TH	19.00-19.45 DAYO (Dance Yoga) TH	19.00-19.45 Bauch -Beine- Po G4	18.00-18.45 Jumping Fitness TH	19.00-19.45 Indoor Cycling Level 2 TH	11.00-11.45 Stretch & Relax G4	
			19.00-19.45 Indoor Cycling Level 2 TH			

Step MIx TH

KOO & Balance TH

ÖFFNUNGSZEITEN
MONTAG BIS FREITAG 17.00-21.00 UHR
SAMSTAG 09.00 - 20.00 UHR
SONNTAG 09.00 -20.00 UHR

🔥 geringe Intensität 🔥🔥 mittlere Intensität 🔥🔥🔥 Intensiv