

I feel good - giving me good
[Training ab November 2019]

Montag

openhours
09:00 - 22:00

08:30 - 09:30
Wirbelsäulengym.

10:30 - 11:30
Bodystyling

14:00 - 14:45
Reha-Sport

14:45 - 15:30
Reha-Sport

16:30 - 17:15
Reha-Sport

17:15 - 18:00
Reha-Sport

18:00 - 19:00
Laufgruppe

18:30 - 19:30
Indoor Cycling

18:30 - 19:00
Bauch & Rücken

19:00 - 19:30
Faszientraining

19:30 - 20:30
Move & Muscle

Dienstag

openhours
09:00 - 22:00

09:30 - 10:15
Reha-Sport

10:15 - 11:00
Reha-Sport

18:15 - 19:00
Rücken-Aktiv

19:00 - 19:30
Bauch-Intensiv

19:30 - 20:30
ZUMBA

19:30 - 21:00
Indoor Cycling

Mittwoch

openhours
09:00 - 22:00

09:30 - 10:15
Ganzheitliches
Körpertraining

10:15 - 11:00
Balance Body

17:30 - 18:15
Indoor Cycling
Einsteiger

18:30 - 19:30
Pilates

19:30 - 20:30
Pump + Shape

Donnerstag

openhours
09:00 - 22:00

09:30 - 10:15
Faszien Yoga

10:15 - 11:00
Yin Yoga

17:25 - 18:10
Reha-Sport

18:00 - 19:00
Laufgruppe

18:15 - 19:00
Functional Training

19:00 - 19:30
Stretch + Style

19:30 - 20:30
Indoor Cycling

Freitag

openhours
09:00 - 22:00

09:15 - 10:30
Step & Style

10:30 - 11:15
Reha-Sport

10:30 - 11:30
Indoor Cycling

11:30 - 12.15
Reha-Sport

18:00 - 19:00
ZUMBA

Samstag

openhours
13:00 - 18:00

Highlights
nach Aushang und
www.i-feel-good.de

Sonntag

openhours
10:00 - 15:00

10:15 - 11:15
Indoor Cycling

milan

Kraft-Ausdauer-Zirkel

Herz-Kreislauf-Training

Outdoor

Indoor Cycling

Reha-Sport: nach §44SGB IX,
nur mit ärztlicher Verordnung

