

Erfolg macht Spaß

Auf dem Weg zu Deinem persönlichen Trainingsziel bist Du nicht allein, sondern wirst von Experten unterstützt. Pro Woche über 30 erfolgsorientierte Trainingszeitangebote bieten Dir die Möglichkeit, permanent mit einem Trainer in Deinem Bereich zu trainieren. Alle Termine findest Du hier.



„Ich empfehle Dir, halbjährlich mit uns einen Erfolgstermin zu vereinbaren, bei dem Du neue Impulse für Dein Training bekommst. Dadurch erhalten auch Deine Muskeln neue Reize – und das Training wird nie langweilig!“

Tino Kleinig
Studioleitung

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30 – 09:00 Kraftausdauer milon	08:30 – 09:00 Kraft eGym	09:00 – 09:30 Beweglichkeit five Rückenzirkel		08:30 – 09:00 Kraftausdauer milon
09:30 – 10:00 Kraft eGym	09:30 – 10:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel	09:30 – 10:00 Kraftausdauer milon		10:00 – 10:30 Kraft eGym
10:00 – 10:30 Beweglichkeit five Rückenzirkel	10:00 – 10:30 Kraftausdauer milon	10:00 – 10:30 Kraft eGym		10:30 – 11:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel
10:30 – 10:50 Workshop		10:30 – 10:50 Workshop		
15:30 – 16:00 Kraft eGym	15:30 – 16:00 Kraftausdauer milon	15:30 – 16:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel	15:30 – 16:00 Kraft eGym	15:30 – 16:00 Kraftausdauer milon
16:30 – 17:00 Kraftausdauer milon	16:30 – 17:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel	16:30 – 17:00 Kraft eGym	16:30 – 17:00 Kraftausdauer milon	16:30 – 17:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel
17:00 – 17:30 Beweglichkeit five Rückenzirkel	17:00 – 17:30 Kraft eGym	17:00 – 17:30 Kraftausdauer milon	17:00 – 17:30 Beweglichkeit five Rückenzirkel	17:00 – 17:30 Kraft eGym
18:00 – 18:20 Workshop	18:30 – 18:50 Workshop			
18:30 – 19:00 Kraft eGym / L+K	19:00 – 19:30 Kraftausdauer milon	18:30 – 19:00 Beweglichkeit five Rückenzirkel	18:30 – 19:00 Kraft eGym / L+K	18:30 – 19:00 Kraftausdauer milon