

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>8:45 - 9:30</b>		<b>8:45 - 9:30</b>	<b>9:00 - 9:30</b>	<b>7:45 - 8:15</b>		<b>10:15 - 11:15</b>
Pilates Kursraum 1 Julia		Bodyforming Kursraum 1 Justi	Wirbelsäulen-Gymnastik Kursraum 1 Tabea	Funktionales Training Kursraum 1 Justi <b>NEU!</b>		KURS-SPECIAL siehe Aushang im Studio <b>NEU!</b>
<b>9:35 - 10:20</b>			<b>9:35 - 10:20</b>	<b>8:45 - 9:45</b>		
Bauch-Beine-Po Kursraum 1 Anja			Zumba Gold Kursraum 1 Anja	Pilates Kursraum 1 Tabea		
<b>18:00 - 18:35</b>	<b>17:30 - 18:00</b>	<b>18:00 - 18:45</b>	<b>17:00 - 18:00</b>	<b>17:00 - 18:00</b>		
Funktionales Training Kursraum 2 Judith	Rückengymnastik für Einsteiger/KR 1 Julia	Bauch Beine Po Kursraum 1 Anja	BALLance Rückenfit Kursraum 1 Judith	Pilates Kursraum 1 Tabea		
<b>18:30 - 19:25</b>	<b>18:05 - 18:55</b>	<b>18:00 - 19:00</b>	<b>18:15 - 18:55</b> <b>NEU!</b>	<b>18:05 - 19:05</b>		
Zumba Fitness Kursraum 1 Kristina	Langhantel Kursraum 1 Anja	Rückenschule Kursraum 2 Tabea	Ausdauer-Intervall- Zirkeltraining / Kursraum 1 Judith	Langhantel Kursraum 1 Ralf		
<b>18:35 - 18:55</b>	<b>19:00 - 19:50</b>	<b>19:05 - 20:00</b>		<b>19:10 - 20:10</b>		
Bauch pur Kursraum 2 Judith	JUMPING FITNESS Kursraum 1 Justi	Aerobic Fatburner Kursraum 1 Tabea		Indoor-Cycling Kursraum 1 Ralf		
<b>19:15 - 20:15</b>	<b>20:00 - 21:00</b>					
Indoor-Cycling Einsteiger Kursraum 2 Judith	Pilates Kursraum 1 Tabea					

## NEU: Online-Anmeldung für Kurse

Für folgende Kurse brauchen wir eure persönliche, telefonische oder ONLINE-Anmeldung vorab:

- Indoor Cycling (am Kurstag)
- Jumping Fitness (am Kurstag)
- BALLance Rückenfit (am Kurstag)

## Online anmelden:

[hoennevital.de/online-anmeldung-kurse](http://hoennevital.de/online-anmeldung-kurse)

**Kursplan online:** [www.hoennevital.de](http://www.hoennevital.de)

## Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch & Donnerstag:  
8:30 - 12:30 Uhr & 14:30 - 21:30 Uhr  
Dienstag & Freitag: 8:30 - 21:30 Uhr  
Samstag: 10 - 18 Uhr  
Sonntag: 10 - 16 Uhr



## HönneVital im Social Web

