

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|---|---|--|--------------------------------------|---------|---|
| 8:45 - 9:30 | | 8:45 - 9:30 | 9:00 - 9:30 | 8:45 - 9:45 | | 10:30 - 11:30 |
| Pilates Kursraum 1 Julia | | Bodyforming Kursraum 1 Justi | Wirbelsäulen-Gymnastik Kursraum 1 Tabea | Pilates Kursraum 1 Tabea | | Indoor Cycling Kursraum 1 Anna NEU! |
| 9:35 - 10:20 | | 9:35 - 10:35 | 9:35 - 10:20 | | | 14:00 - 15:30 |
| Bauch-Beine-Po Kursraum 1 Anja | | BALLance Rückenfit Kursraum 1 Justi NEU! | Zumba Gold Kursraum 1 Anja | | | Vinyasa Yoga Kursraum 1 Katharina NEU! |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| 18:00 - 18:35 | 17:30 - 18:00 | 18:00 - 18:45 | 17:00 - 18:00 | 17:00 - 18:00 | | |
| 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 | | |
| 18:30 - 19:25 | 18:05 - 18:55 | 18:00 - 19:00 | 18:15 - 18:55 | 18:05 - 19:05 | | |
| Zumba Fitness Kursraum 1 Kristina | Langhantel Kursraum 1 Anja | Rückenschule Kursraum 2 Tabea | Slingtrainer-Workout Kursraum 2 Judith NEU! | Langhantel Kursraum 1 Ralf | | |
| 18:35 - 18:55 | 19:00 - 19:50 | 19:05 - 20:00 | | 19:10 - 20:10 | | |
| Bauch pur Kursraum 2 Judith | JUMPING FITNESS Kursraum 1 Justi | Aerobic Fatburner Kursraum 1 Tabea | | Indoor-Cycling Kursraum 1 Ralf | | |
| 19:15 - 20:15 | 20:00 - 21:00 | | | | | |
| Indoor-Cycling Einsteiger Kursraum 2 Judith | Pilates Kursraum 1 Tabea | | | | | |

Anmeldung für Kurse

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

- Indoor Cycling (am Kurstag bzw. für sonntags am Samstag)
- Jumping Fitness (am Kurstag)
- BALLance Rückenfit (am Kurstag bzw. für Mittwochmorgen dienstags)
- Slingtrainerworkout (am Kurstag)

Kursplan online: 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

