

Kursplan ab 21.06.2021

Uhrzeit	Montag	Saal	Dienstag	Saal	Mittwoch	Saal	Donnerstag	Saal	Freitag	Saal	Uhrzeit	Samstag	Saal
09:45											09:45		
10:00	Beckenboden 09:30 - 10:00	Kursraum UG					Zirkeltraining 10:00 - 10:30	Gerätebereich			10:00		
10:15											10:15		
10:30			Rücken Fit 10:30 - 11:15	Kursraum UG	Flexi-Zirkel 10:30 - 11:15	Gerätebereich			Bauch Bein Po 10:30 - 11:00	Kursraum UG	10:30		
10:45										Pilates 10:45 - 11:30	Kursraum UG		
11:00											11:00		
11:15											11:15		
11:30											11:30		
11:45											11:45		
12:00											12:00		
16:00											16:00	<p>Coronabedingte Öffnungszeiten:</p> <p>Mo bis Do: 09:00 - 12:00 16:00 - 20:00</p> <p>Fr: 09:00 - 12:00 16:00 - 19:00</p> <p>Sa: 10:00 - 13:00</p>	
16:15										16:15			
16:30										16:30			
16:45										16:45			
17:00										17:00			
17:15										17:15			
17:30										17:30			
17:45							Rücken-Fit 17:45 - 18:30	Kursraum UG			17:45		
18:00	Zirkeltraining 18:00 - 18:30	Gerätebereich	Pilates 18.00 - 18:45	Kursraum UG							18:00		
18:15											18:15		
18:30											18:30	<p>Mit Termin sind wir auch gerne außerhalb der Öffnungszeiten für Euch da! Bitte wendet Euch in diesem Fall direkt an das bellissima-Team. Danke!</p>	
18:45										18:45			
19:00					Mind & Move 18:30 - 19:15	Kursraum UG				19:00			
19:15										19:15			
19:30										19:30			
19:45										19:45			
20:00										20:00			
20:15										20:15			
20:30										20:30			
20:45										20:45			
		Out door		Fortgeschritten			Einsteiger		Alle				