

**MONTAG**

08:00 – 22:30 Uhr

**DIENSTAG**

07:00 – 22:30 Uhr

**MITTWOCH**

08:00 – 22:30 Uhr

**DONNERSTAG**

07:00 – 22:30 Uhr

**FREITAG**

























08:00 – 22:30 Uhr

**SAMSTAG**

09:00 – 21:00 Uhr

**SONNTAG**

09:00 – 21:00 Uhr

 09:00 - 10:30 Uhr **TF** ▲  
**GERÄTEZIRKEL** 07:15 - 08:15 Uhr **R1** ▲  
**WAKE UP** 09:00 - 10:30 Uhr **TF** ▲  
**GERÄTEZIRKEL** 07:15 - 08:15 Uhr **R1** ▲  
**WAKE UP** 09:00 - 10:00 Uhr **R1** ▲  
**WIRBELSÄULE** 09:30 - 10:30 Uhr **R1** ▲  
**WIRBELSÄULE** 09:15 - 10:30 Uhr **R1** ▲  
**WIRBELSÄULE** 09:15 - 10:30 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 09:00 - 10:00 Uhr **R2** ▲  
**PILATES** 09:30 - 11:00 Uhr **R2** ▲  
**HATHA YOGA** 09:15 - 10:30 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 09:30 - 11:00 Uhr **R2** ▲  
**HATHA YOGA** 10:30 - 11:00 Uhr **R1** ▲  
**STRETCH & RELAX** 10:30 - 11:00 Uhr **R1** ▲  
**STRETCH & RELAX** 10:30 - 11:30 Uhr **R1** ▲  
**WIRBELSÄULE** 10:00 - 11:15 Uhr **R2** ▲  
**MENTAL YIN YOGA** 18:00 - 18:30 Uhr **R1** ▲  
**BAUCH & RÜCKEN** 10:30 - 11:30 Uhr **R1** ▲  
**WIRBELSÄULE** 10:00 - 11:00 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 11:00 - 12:30 Uhr **R1** ▲  
**BOX TRAINING** 11:00 - 12:00 Uhr **R1** ▲  
**IRON INTENSIVE** 18:00 - 19:30 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 11:15 - 12:30 Uhr **R2** ▲  
**HORMON YOGA** 18:30 - 19:30 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 17:30 - 19:15 Uhr **R2** ▲  
**HATHA YOGA** 15:30 - 16:30 Uhr **R1** ▲  
**HIP HOP KIDS**  
6-9 JAHRE 18:15 - 19:15 Uhr **R2** ▲  
**PILATES** 18:00 - 19:30 Uhr **R2** ▲  
**POWER VINYASA YOGA** 20:00 - 21:30 Uhr **R2** ▲  
**KUNDALINI YOGA** 18:00 - 19:00 Uhr **R1** ▲  
**ZUMBA®** 16:30 - 17:30 Uhr **R2** ▲  
**HIP HOP KIDS**  
AB 12 JAHREN 19:30 - 21:00 Uhr **R1** ▲  
**SELF DEFENSE** 18:30 - 19:30 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 19:00 - 20:00 Uhr **R1** ▲  
**BODYWORKOUT** 16:30 - 17:30 Uhr **R1** ▲  
**HIP HOP KIDS**  
9-12 JAHRE 19:30 - 20:00 Uhr **R2** ▲  
**ENTSPANNUNGS-  
TRAINING** 20:30 - 22:00 Uhr **R1** ▲  
**BOX TRAINING** 18:15 - 19:30 Uhr **R1** ▲  
**ATHLETIC CIRCUIT** 19:30 - 20:30 Uhr **R1** ▲  
**HIGH ENERGY** 20:30 - 20:45 Uhr **R1** ▲  
**STRETCH & RELAX** 21:00 - 22:00 Uhr **R1** ▲  
**BOX TRAINING****ACHTUNG  
ALLE KURSE:**

- anmeldepflichtig
- limitierte Teilnehmerzahl
- Anmeldung ab 24 Std. vor Kursbeginn möglich
- buchbar über APP oder Telefon

**LEIMEN PREMIUM FITNESS**

Gültig ab dem 20.12.2021 – Änderungen des Kursplans vorbehalten. Feiertage nach Aushang.

 **KRAFT & WORKOUT** | 
  **BODY & MIND** | 
  **DANCE & FUN** | 
  **AUSDAUER & CARDIO**

R1 = Kursraum 1 | R2 = Kursraum 2 | TF = Trainingsfläche | ▲ = Anmeldung erforderlich | KB = Kinderbetreuung