

KURSPLAN

KENZINGEN
GÜLTIG AB JANUAR 2026

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4
9:00-10:00 Figur Fit Andrea	9:00-10:00 Wirbelsäulen gymnastik Ines	9:00-9:45 Rehasport	9:30-10:15 Aqua Fit Doris	9:00-10:00 Figur Fit Ruth	09:00-09:45 Rehasport Aqua		9:30-10:30 Wirbelsäulen gymnastik Angelika	9:00-9:45 Aqua Fit Ruth		9:30-10:30 Faszien Pilates Doris	
10:15-11:00 Rehasport	09:00-09:45 Rehasport Aqua	10:00-11:00 Wirbelsäulen gymnastik Angelika	10:15-11:00 Rehasport Aqua	10:00-10:45 Rehasport	09:30-10:00 Brain Pur Ines		10:30-11:30 Wirbelsäulen gymnastik Angelika neu ab 08.01.	9:00-9:45 Rehasport	9:15-10:15 Wirbelsäulen gymnastik Angelika	11:00-12:00 Faszien Pilates Doris	
	10:15-11:30 Yoga Angelika	11:00-12:00 NEURO-WS Andrea		11:00-11:45 Rehasport	10:15-11:00 Rückgrat Pur / Atmung Ines			09:45-10:30 Aqua Fit Ruth			
14:00-14:45 Rehasport	11:15-12:00 Rehasport Stuhl								10:30-11:30 Figur Fit Angelika		
17:45-18:45 Figur Fit Selina	18:15-19:15 Wirbelsäulen gymnastik Ines	17:45-18:45 Indoor Cycling Andrea	17:00-17:45 Rehasport Aqua	17:00-17:45 Rehasport	17:00-18:00 Aqua Cycling Doris			17:00-17:45 Rehasport Aqua			
18:00-19:00 WOD Nele			18:00-18:45 Rehasport Aqua	18:00-19:00 Hot Iron Andrea	17:00-18:15 Yoga Tanja			18:00-18:45 Aqua Fit Doris			
19:00-20:00 Hot Iron Dennis	19:30-20:15 Rehasport	19:00-20:00 Figur Fit Andrea	18:30-19:30 Rückgrat Pur / Barfuß Pur Dennis	19:15-20:15 Zumba Conny	18:15-19:00 Rehasport Aqua	18:00-19:00 Figur Fit Ruth	18:00-19:00 Wirbelsäulen gymnastik Ines	18:00-19:00 Wirbelsäulen gymnastik Ines	18:00-19:00 Hot Iron Martin		
			19:30-20:15 Rehasport	19:30-20:30 WOD Andrea	18:30-19:30 Pilates Doris	19:00-20:00 4STREATZ® Sarah	19:15-20:15 Indoor Cycling Daniela	19:15-20:15 Zumba Conny			
					19:45-20:30 Rehasport						

SONNTAG

Saal 1/2
10:15-11:15
Figur Fit
Team

Saal 3/4
10:00-11:30
Indoor
Cycling
Tanja

Anmeldung: 24h vor
Kursbeginn, telefonisch
oder per GymX App

*WorkoutOftheDay findet im Kraftwerk statt