



GESUNDHEITZENTRUM

Am Steinlein 6 · 97753 Karlstadt · Tel. 093 53/996100

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		09.30-10.30 Well Fit	09.00-10.00 Gesund & Vital			
			10.30-11.45 Kanga-Training			10.30-11.30 Zumba
	17.15-18.15 Zumba					
18.15-19.00 Pilates	18.30-19.30 Cross Fitness	18.15-19.15 Rücken-Yogilates	18.30-19.30 Total Body			
19.00-20.00 HIIT	19.30-20.00 Stretch & Relax			18.00-19.15 Yoga		

Mindestteilnehmerzahl für alle Kurse 3 Personen

Stand September 2022