



## GESUNDHEITZENTRUM

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		09.30-10.30 <b>Well Fit</b>				
						10.30-11.30 <b>Zumba</b>
18.00-19.00 <b>Pilates</b>	17.15-18.15 <b>Zumba</b>		17.15-18.15 <b>Zumba</b>			
19.00-20.00 <b>Yoga</b>	18.30-19.30 <b>Cross Fitness</b>	18.15-19.15 <b>Rücken-Yogilates</b>	18.30-19.30 <b>Total Body</b>			
19.15-20.15 <b>Barre Workout</b>	19.30-20.00 <b>Stretch &amp; Relax</b>	19.30-20.15 <b>HIT</b> High Intensity Training				

Mindestteilnehmerzahl für alle Kurse 3 Personen

Stand März 2026