

stundenplan 2026/1



montag		dienstag		mittwoch		donnerstag		freitag		samstag
8:30 bodyfit helen	8:30 krafttraining für senioren ü60 steffi	8:30* bbp meets pilatesflows sandra	8:30* flow yogilates steffi	8:30* stabilisations- & krafttraining steffi	8:30* pilates andrea	8:30 bodyfit helen	8:20 rückentraining sandra	8:30* pilates andrea	8:30* hatha yoga daniela	9:00 surprise team
9:40* cross workout steffi	10:00* powerful pilates franziska	9:45 rückentraining sandra	9:45 faszientraining peggy	9:45* m.a.x. plus steffi	9:45* hyrox evi		9:35 rückentraining sandra	9:40* cross workout julia		10:00 nia sybille
			12:15 firma team					12:00 yoga für männer petra		
15:30 vitalita dance minis ab kindergarten olivia	16:35 vitalita dance kids ab 2.klasse olivia									
17:45 cross workout steffi	17:45 stabilisations- & krafttraining helen	17:45 pump express evi	17:45 rückbildungs- pilates franziska	17:45 rückentraining sandra	18:00 cross workout steffi	17:45 flow yogilates steffi	17:45 hyrox evi	18:00 dancess elena		
18:55 funtone steffi	18:55 pilatesflows sandra	18:45 funtone evi	19:00 rückbildungs- gymnastik karin	19:00 bbp meets pilatesflows sandra	18:55 vitalita dance teens elena	19:00 m.a.x. plus steffi	18:55 nia sybille	19:00 vitalita dance juniors elena		
20:05 hatha yoga daniela	20:05 pilatesflows sandra	19:55 bodyfit intervall helen	20:10 schwanger- schaftsgymnastik karin	20:10 pilatesflows sandra	20:15 vitalita dancecrew elena	19:45 powerful pilates franziska	20:00 cross combine steffi raffa			

* mit kinderhüte

neu: personaltraining, athletiktraining, firmen- oder teamtraining auf anfrage: steffi, 076 499 93 65

«vivace» app: buche einen fixplatz und erhalte zugriff auf unsere app. damit bist du berechtigt versäumte lektionen im angebot von über 30 lektionen vor- und nachzuholen.