

Öffnungszeiten täglich von 04:00-24:00

**Betreuungszeiten: MO - FR: 09:00-21:30 / SA: 9:00-19:00 / SO & Feiertage: 10:00-19:00**

Energy Fitness Greinsfurth: **07472/24611**



## Bewegungsraum

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:30- 10:00	<b>Fit Forever</b>	<b>mobiler Rücken</b>	<b>Rückenfit &amp; Easy Zirkel</b>	<b>Faszien-training</b>	<b>Koordinations-training</b>	
10:00-10:15						
10:15-10:30						
10:30-11:00						
11:00-11:30						
11:30-12:00						
12:00-16:45						
16:45-17:00						
17:00-17:30						
17:30-18:00						
18:00-18:30			<b>kick ass. no excuse. Yoga</b>			
18:30-19:00	<b>Rückenfit</b>	<b>Pilates</b>		<b>mobiler Rücken</b>	<b>Bauch – Beine – Po</b>	
19:00-19:30			<b>kick ass. animal. Yoga</b>			
19:30-20:00						
20:00-20:30						

schwer
mittel
leicht