

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
9:15-9:30						
9:30-10:00	Fit Forever	mobiler Rücken	Rückenfit & Easy Zirkel	Faszien-training	Aerobic	
10:00-10:15					Rückenfit	
10:15-10:30						
10:30-11:00						
11:00-11:30						
11:30-12:00						
12:00-16:00						
16:00-18:00						
18:00-18:30			kick ass. no excuse. Yoga			
18:30-19:00	Rückenfit	Pilates		<i>LesMills</i> BodyPump	Bauch - Beine - Po	
19:00-19:30			kick ass. animal. Yoga			
19:30-20:00	<i>LesMills</i> BodyPump					
20:00-20:30						

schwer
mittel
leicht