






Öffnungszeiten täglich von 04:00-24:00

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

Energy Fitness WestSideCity: **07472/24611**



## Bewegungsraum

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
09:30-10:30	9:30-10:20 Uhr <b>starker Rücken</b>		9:30-10:20 Uhr <b>Fit Forever</b>	9:30-10:20 Uhr <b>Faszientraining</b>	9:30-10:20 Uhr <b>Hula Hoop</b>		
14:00-14:30					14:00-14:50 Uhr <b>BBP</b> 		
14:30-15:00							
16:00-16:30							
16:30-17:00	16:30-17:20 Uhr <b>BBP</b> 				16:30-17:00 Uhr <b>SixPack</b>		
17:00-17:30		RESET <i>Kids-integratives Training</i> 16:00-18:20 Uhr			17:00-17:50 Uhr <b>Energy PUMP</b>		
17:30-18:00	17:30-18.20 Uhr <b>Stretching</b>			17:30-18:20 Uhr <b>Yoga</b> 			
18:00-18:30							
18:30-19:00	18:30-19.20 Uhr <b>Rückenfit</b>	18:30-19:20 Uhr <b>Yoga</b> 	18:30-19.20 Uhr <b>Pilates</b> 	StageTime Company <i>internes Tanztraining</i> 18:30-21:00 Uhr	StageTime Company <i>internes Tanztraining</i> 18:00-21:00 Uhr		
19:00-19:30							
19:30-21:00							
				<b>schwer</b>	<b>mittel</b>	<b>leicht</b>	<b>reserviert</b>