





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**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:30-10:30	9:30-10:20 Uhr starker Rücken	9:30-10:20 Uhr Rückenfit	9:30-10:20 Uhr Fit Forever	9:30-10:20 Uhr Faszientraining	9:30-10:20 Uhr Hula Hoop	9:30-10:20 Uhr <i>Russian</i> HotDanceFit
10:30-11:20					10:30- 11.20 Uhr KANGA-Training  <small>mit Voranmeldung - www.kangatraining.info</small>	
14:00-15:00					14:00-14:50 Uhr BBP  <small>Sommerpause > bis 28.09.2023</small>	
15:00-16:00						
16:00-16:30	<i>KinderYoga</i> 16:00-16:50 Uhr	RESET <i>Kids-integratives Training</i> 16:00-18:20 Uhr	<i>KinderYoga</i> 16:00-16:50 Uhr		StageTime Company <i>Kids</i> 16:00-17:30 Uhr	
16:30-17:00				16:30-17:30 Uhr PilatesFusion		
17:00-17:30	17:00-17:50 Uhr Russian HotDanceFit			17:30-17:55 Uhr Sixpack		
17:30-18:00			17:30-18.20 Uhr Stretching	17:55-18:20 Uhr Faszien		
18:00-18:30						
18:30-19:30	18:30-19.20 Uhr Rückenfit	18:30-19:20 Uhr Yoga 	18:30-19.20 Uhr Pilates 	<i>StageTime Company</i> internes Tanztraining 18:30-21:00 Uhr	<i>StageTime Company</i> internes Tanztraining 18:00-21:00 Uhr	
19:30-20:30	19:30-20.20 Uhr LineDance	<i>StageTime Company</i> internes Tanztraining 19:30-21:00 Uhr				

Bewegungsraum

ENERGY FITNESS WestSideCity

reserviert

leicht

mittel

schwer