



Öffnungszeiten		
Montag	8:00 - 22:00	(durchgehend)
Dienstag	8:00 - 22:00	(durchgehend)
Mittwoch	8:00 - 22:00	(durchgehend)
Donnerstag	8:00 - 22:00	(durchgehend)
Freitag	8:00 - 22:00	(durchgehend)
Samstag	8:30 - 13:00	15:00 - 19:00
Sonntag	8:30 - 18:00	
Feiertaglt. Aushang		

Saunazeiten:
Montag bis Freitag 09:30 - 12:30 Uhr & 16:30 - 21:30 Uhr
Samstag 09:30 - 12:30 Uhr & 15:30 - 18:30 Uhr
Sonntag 09:30 - 12:30 Uhr & 14:30 - 17:30 Uhr
Dienstag nur Damensauna

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag		
9:00 – 9:45 Uhr Yoga	9:15 – 10:15 Uhr Pilates	9:00 – 9:45 Uhr BBP + Faszientraining	9:15 - 10:00 Uhr Rehasport	9:15 - 10:15 Uhr Spinning	9:15 – 10:15 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik		10:00 - 11:00 Uhr TRX <u>Anmeldungerford erlich</u>	10:00 – 11:00 UhrSpinni ng	
10:00 – 10:45 Uhr Yoga		10:00 – 10:45 Uhr BBP + Faszientraining							
16.30 - 17.15 Uhr Rehasport						<p>☎ 0 75 72 - 712 577</p> <p>✉ info@fitness-mengen.de</p> <p>💻 www.fitness-mengen.de</p> <p>Gültig ab 14.09.2020</p> <p>- AOK Kurse sind bei der AOK anzumelden</p> <p>- Rehasport mit Rezept (Formular 56) vom Arzt belegbar</p> <p>- Jumping ab 01. Oktober! Anmeldung an der Theke erforderlich da begrenzte Teilnehmerzahl</p> <p>Weitere Infos zu den Kursen an der Theke</p>			
17.30 - 18.15 Uhr Rehasport		17.30 - 18.15 Uhr Rehasport	17.30 - 18.15 Uhr Rehasport						
18:30 – 19:30 Uhr Zumba Steps	18:30 – 19:00 Uhr Bauchpower	18:30 – 19:30 Uhr TRX	18:30 - 19:00 Uhr Bauchpower		18:00 – 19:00 Uhr Strong by Zumba				
19:30 – 20:30 Uhr Pilates + Rückenaktiv	19:00-20:00 Uhr Bodyforming	19:30 – 20:30 Uhr Zumba	19:00 – 20:00 Uhr Hot Iron	NEU ab Oktober 19-20 Uhr Jumping	19:00 – 20:00 Uhr Yoga				19:00 - 20:00 Uhr Spinning
NEU ab Oktober 19.30-20.30 Uhr Jumping	20:00 – 21:00 Uhr Spinning		20:00 – 21:00 Uhr AOK Functional Fitness		20:00 – 21:00 Uhr Spinning				