

AUFGUSSPLAN

Montag

16:30
17:30
19:00
20:30

16:00-19:00
Damensauna

Dienstag

19:00
20:30

Mittwoch

15:00
16:00
18:00
19:00
20:30

Donnerstag

19:00
20:30

Freitag

20:30

Sonntag

18:00
19:00

 fitness
oase
PREMIUM HEALTH CLUB



KURSPLAN REGEN

AKTUELLE KURSINFORMATIONEN
JEDERZEIT AUCH VERFÜGBAR ÜBER KURSPLAN DER
FITNESS-OASE-APP



Stand: 02/2020

PR RAUM PREMIUM
CY RAUM CYCLING
K1 KURSRAUM 1

BG RAUM BODYGYM
FA FUNCTIONAL AREA

TF TRAININGSFLÄCHE
RP RÜCKENPARK PHYSIO

FITNESSOASE REGEN

Mo, Mi, Fr08:00-22:00
Di, Do15:00-22:00
Sa16:00-20:00
So09:00-12:00 + 16:00-20:00
Feiertags*16:00-20:00

BODYGYM REGEN

Mo-Fr06:00-22:00
Sa, So06:00-20:00

*Änderungen d. Öffnungszeiten gemäß Aushang

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00	WS-Gymnastik 09:00-10:00BG		WS-Gymnastik 09:00-10:00BG		\$40/44 REHA 09:00-09:45PR	
10:00	\$40/44 REHA 10:00-10:45BG				Cycling 09:30-10:30CY	
	Jumping Fitness 10:00-11:00BG					

16:00				\$40/44 REHA 16:00-16:45BG		
17:00	\$40/44 REHA 17:00-17:45PR		\$40/44 REHA 17:30-18:15PR			
18:00	Jumping Fitness 18:10-19:10BG	Zumba 18:15-19:15PR	Body, Mind & Soul 18:30-19:30PR	Fat Burner 18:30-19:30BG	Jumping Fitness 18:30-19:30BG	
		Functional Circle 18:30-19:15BG	Pump 18:30-19:30BG	Cycling 18:45-19:45CY		
19:00	Cycling 19:20-20:20CY	Functional Circle 19:15-20:00BG		\$40/44 REHA 19:15-20:00PR		
				Bauch Beine Po 19:30-20:30BG		
20:00	\$40/44 REHA 20:15-21:00PR	Jumping Fitness 20:00-21:00BG				
		AntiGravity 20:15-21:15PR				

Hinweis: aktuelle Präventionskurse siehe Aushang