SPIEKER
SPORT- UND GESUNDHEITSKURSE
KURSE | FITNESS | WELLNESS

Kursplan Studio Schwabmünchen

gültig ab
01.11.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	REHA Sport 08:15 - 09:00		**REHA Sport** 09:00 - 09:45			
Bodyforming 09:00 - 10:00	**Classic-Spinning** 09:00 - 09:45			**Bodyforming** 09:00 - 10:00	**HIIT** 09:00 - 10:00	**Body Workout** 09:15 - 10:15
Spinning 10:00 - 11:00						**Zumba Party mit Ela** 10:30 - 11:30
	Power Yoga 17:00 - 18:00		**REHA Sport** 16:30 - 17:15			
Body Workout 17:45 - 18:45	**Fatburner Spinning** 17:45 - 18:30	**Body Workout** 17:45 - 18:45		**Zumba Party mit Ela** 17:30 - 18:15		
Spinning 19:00 - 20:00	**REHA Sport** 18:00 - 18:45	**Spinning** 17:45 - 18:45	**Power Spinning** 17:30 - 18:30	**Power Dumbell** 18:30 - 19:30		
Kickboxen 19:15 - 20:15	**Power Dumbell** 19:00 - 20:00	**Zumba Party mit Ela** 19:00 - 20:00	**Bauch Beine Po** 18:30 - 19:30			
		Kickboxen I + II 20:00 - 21:30				

Öffnungszeiten:

Mo-Fr: 06:00 - 23:00 Uhr
Sa-So-Feiertags: 07:00 - 20:00 Uhr

Betreuungszeiten:

Mo-Fr: 10:00 - 12:00 / 17:00 - 20:00 Uhr
Sa-So-Feiertags: 10:00 - 12:00 Uhr

Saunazeiten:

Montag:	10-14 Uhr und 18 -22 Uhr
Dienstag:	10-14 Uhr und 19 -22 Uhr
Mittwoch:	Frauensauna 16-19 Uhr
Donnerstag:	18 -22 Uhr
Freitag:	10-14 Uhr und 18 -22 Uhr
Sonntag:	10 -18 Uhr