



Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 09.00-22.00 Uhr durchgehend
 Samstag, Sonntag & Feiertage 09.00-15.00 Uhr durchgehend

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.30 - 10.45 Uhr Wirbelsäulen-Fitness Angelique Halle 2				08.30 - 09.30 Uhr 09.45 - 10.45 Uhr Pilates Silke Halle 5	
10.45 - 12.00 Uhr Wirbelsäulen-Fitness Angelique Halle 2		10.15 - 11.30 Uhr Bauch-Beine-Po Angelique Halle 2		10.15 - 11.30 Uhr Ganzkörper-WO Rücken Intensiv Marlene Halle 2	09.30 - 10.45 Uhr Power-Dump Heike Halle 2
17.00 - 17.45 Uhr TRX® (Vor Anmeldung im Studio!) Andreas Halle 2	18.00 - 18.55 Uhr Functional Mix Udo Halle 4	17.00 - 17.45 Uhr DeepWork Marlene Halle 2			
18.00 - 19.00 Uhr Langhantel vs. Kettlebell Marlene Halle 2	18.30 - 20.00 Uhr Fat-Burn & Bauch / Rücken Heike Halle 2	17.45 - 18.45 Uhr Langhantel-WO Marlene Halle 2	18.00 - 19.00 Uhr Pilates Silke Halle 5	18.00 - 19.00 Uhr Tabata Tamara Halle 2	
19.00 - 19.45 Uhr Fit & Vital / Burn & Shape Marlene Halle 2	19.10 - 20.10 Uhr 20.20 - 21.20 Uhr Pilates Cornelia Halle 5	19.00 - 20.00 Uhr Faszientraining Cornelia Halle 2	19.15 - 20.15 Uhr Pilates Silke Halle 5		
	20.00 - 21.00 Uhr Kettlebell Marcel Halle 2	20.10 - 21.10 Uhr Latin Dance Workout Antje / Natascha Halle 2			

Neu!
Ab
01.07.20

Neu!
Ab
01.07.20

Neu!
Ab
01.07.20

Neu!
Ab
01.07.20

Neu!
Ab
01.07.20

Für Rückfragen und Informationen:

Tel.: 0721 / 9 44 20-19 oder E-Mail: aktiv-treff@psv-karlsruhe.de

www.psv-karlsruhe.de/fitnessstudio

