


KURSPROGRAMM

GETFIT
Besser mit uns

Gültig ab 01.07.2021

Vormittag

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9:30-10:30 Uhr CYCLING Denise ●	06:00-06:45 Uhr EARLY BIRD OUTDOOR FUNCTIONAL Michael ●●		08:30-09:15 Uhr REHASPORT Ute			09:15-09:45 Uhr OUTDOOR FUNCTIONAL Michael ●●
9:30-10:30 Uhr BODY TOTAL & FLEXX Laura ●	08:00-08:45 Uhr REHASPORT Silke	9:30-10:30 Uhr WSG Ute ●	09:30-10:30 Uhr BAUCH-BEINE-PO Anja ●	9:30-10:30 Uhr WSG Silke ●		09:45-10:15 Uhr BAUCHKILLER Michael ●●
9:30-10:10 Uhr ZIRKEL-FIT Michael ●	09:00-10:00 Uhr BASIC STEP Silke ●	9:30-10:00 Uhr TABATA Laura ●	9:30-10:15 Uhr ZIRKEL-FIT Reiner ●		09:15-10:30 Uhr YOGA Denise ●	10:30-11:30 Uhr ZUMBA® Sebastian ●
	10:00-11:00 Uhr PILATES Silke ●	10:45-11:30 Uhr REHASPORT Ute		10:30-11:00 Uhr OUTDOOR FUNCTIONAL Silke ●●	10:30-11:30 Uhr FLEXX-WSG Denise ●	10:30-11:30 Uhr CYCLING Mischa ●●
	11:00-11:30 Uhr DR. WOLFF GERÄTEZIRKEL Silke ●			11:00-11:45 Uhr REHASPORT Ute	11:45-12:30 Uhr REHASPORT Denise	

Öffnungszeiten Studio:

Mo, Mi & Fr: 08.00 – 22.00 Uhr
Di & Do: 06.00 – 22.00 Uhr
Sa: 09.00 – 18.00 Uhr
So & Feiertag: 09.00 – 16.00 Uhr

Die Öffnungszeiten gelten vorerst bis zum 30.09.2021.

Öffnungszeiten Sauna:

Mo, Mi & Fr: 17.00 – 22.00 Uhr
Di & Do: 09.30 – 22.00 Uhr
Sa: 14.00 – 17.45 Uhr
So & Feiertag: 10.00 – 15.45 Uhr

In der Wintersaison sonntags bis 17.45 Uhr!

Für jeden Kurs muss zuvor (max. 10 Tage im Voraus) über die eFit App oder telefonisch ein Platz reserviert werden, außer bei Happy Hour & Zirkel Fit!!

● = Alle / Beginner
● = Mittelstufe

Kurs findet immer drinnen statt

Alle anderen Kurse finden bei schönem Wetter im GET FIT Outdoor Campus und bei schlechtem Wetter drinnen (Kursraum 1/2 oder Trainingsfläche) statt

KURSPROGRAMM

Nachmittag / Abend

GETFIT
Besser mit uns

Gültig ab 01.07.2021

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
17:00-17:45 Uhr HAPPY HOUR Laura ●	16:30-17:00 Uhr HULA HOOP WORKOUT Denise ●	17:00-17:45 Uhr HAPPY HOUR Michael ●	16:30-17:15 Uhr REHASPORT Denise	17:00-17:30 Uhr HAPPY HOUR Laura ●		
16:30-17:15 Uhr REHASPORT Denise	17:00-18:00 Uhr HATHA YOGA Denise ●	17:00-18:00 Uhr PILATES Silke ● ab 14.07.21	17:30-18:00 Uhr HAPPY HOUR Denise ●	17:30-18:00 Uhr TABATA Laura ●		
17:15-18:00 Uhr REHASPORT Denise	17:00-17:45 Uhr HAPPY HOUR Laura ●	18:00-19:00 Uhr FETTKILLER WORKOUT Alicia ●	18:00-19:00 Uhr WSG Denise ●	18:00-19:00 Uhr WSG Laura ●		
18:00-19:00 Uhr MUSCLE WORKOUT Michael ●	18:00-19:00 Uhr ZUMBA ® Sebastian ●	19:00-19:40 Uhr HULA HOOP WORKOUT Anna-Lou ●	19:15-19:45 Uhr HULA HOOP WORKOUT Denise ●	18:00-19:00 Uhr CYCLING Mischa ●		
18:00-19:00 Uhr CYCLING Mischa ●	18:15-19:00 Uhr CARDIO BOXING Denise ●	19:40-20:00 Uhr FULL BODY STRETCHING Anna-Lou ●	19:00-20:00 Uhr FIT BOXEN + BAUCKILLER Anna-Lou ●●● B1			
19:15-20:15 Uhr CYCLING Mischa ●	19:00-20:00 Uhr SUMMER BODY WORKOUT Anna-Lou ●●● A2	20:00-20:30 Uhr HULA HOOP WORKOUT Anna-Lou ●		19:15-20:15 Uhr FIT BOXEN Katja ●●● B2		
19:00-19:45 Uhr WSG Laura ●	20:00-20:30 Uhr BAUCKILLER Michael ●●	20:00-20:30 Uhr OUTDOOR FUNCTIONAL Michael ●●	20:00-20:45 Uhr REHASPORT Denise	20:15-20:45 Uhr BAUCKILLER + FULL BODY STRETCHING Katja ●		
19:45-20:45 Uhr SUMMER BODY WORKOUT Katja ●●● A1						



- = Alle / Beginner
- = Mittelstufe
- = Fortgeschrittene
- A** = Es kann pro Woche nur ein A-Kurs besucht werden, entweder A1 oder A2
- B** = Es kann pro Woche nur ein B-Kurs besucht werden, entweder B1 oder B2

Kurs findet immer drinnen statt

Alle anderen Kurse finden bei schönem Wetter im GET FIT Outdoor Campus und bei schlechtem Wetter drinnen (Kursraum 1/2 oder Trainingsfläche) statt

Für jeden Kurs muss zuvor (max. 10 Tage im Voraus) über die eFit App oder telefonisch ein Platz reserviert werden außer bei Zirkel Fit.