

KURSRAUM 1

WINTER 2020 - 2021

www.WUPAS.de

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	WARMEKABINE DURCHGEHEND HYDRO-JET DURCHGEHEND SAUNA Vormittags auf Anfrage MONTAG - FREITAG 17.00 - 21.00 SAMSTAG 13.00 - 17.00 SONNTAG 10.00 - 13.00 DAMEN-SAUNA DONNERSTAG 17.00 - 21.00
09.05 - 10.00 RückenFit	09.05 - 10.00 RückenFit	09.05 - 10.30 Yoga	08.35 - 09.00 Flexibar	09.05 - 10.00 RückenFit		
10.05 - 10.30 Jumping <small>(auch für Anfänger geeignet)</small>	10.05 - 11.00 Bauch-Beine-Po		09.05 - 10.00 Pilates	10.05 - 11.00 Step <small>(auch für Anfänger geeignet)</small>		
18.05 - 18.30 Bauch-Workout	18.35 - 19.30 StreetDance	18.05 - 19.00 Pump	18.05 - 19.00 Body-Balance		13.35 - 14.30 „Ü-Ei“	
18.35 - 19.30 Pump	19.35 - 20.30 Zumba	19.05 - 20.00 Step	19.05 - 20.00 Piloxing	18.35 - 19.30 Bauch-Beine-Po		
19.35 - 21.00 Yoga Flow	20.35 - 21.00 Jumping <small>(auch für Anfänger geeignet)</small>	20.05 - 21.00 RückenFit				

INDOOR - CYCLING - KURSE

Montag	Dienstag	Mittwoch
18.05 - 19.00	09.05 - 10.00	18.05 - 19.30

Freitag	Sonntag
09.05 - 10.00	10.00 - 11.00
19.05 - 20.00	11.00 - 12.00

REHA-SPORT im Go4Squat

MO	DI	MI	DO	FR
09.15		09.00		09.00
10.15		10.00		10.00
17.05	17.30			15.00
18.30		18.15	18.15	
19.30		19.15		



Vogelsbergstr. 199, 63679 Schotten
Info-Telefon: 06044 - 96 40 46

Öffnungszeiten WUPAS:

Kinderbetreuung: Freitags 9.00 - 11.00

Montag bis Freitag 08.00 - 22.00

Samstag 12.00 - 18.00 Sonntag & Feiertag 09.00 - 14.00

EXTRA

Öffnungszeiten „Go4Squat“ täglich von 7 - 23 Uhr!

EXTRA