








AQUAFUN

FLEESEENSEE

29.12. – 04.01.2026

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Frühschwimmen Erwachsene  6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene  6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene 6:00 bis 9:00 Uhr		Frühschwimmen Erwachsene  6:00 bis 9:00 Uhr		
Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich		Yoga 8:30 bis 9:15 Uhr		
Aquafit mit Marcus ★  9:00 bis 9:30 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich		Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	
Senioren-Gymnastik mit Marcus ★ 9:45 bis 10:30 Uhr	BBP & Stretch ★★ 9:00 bis 10:00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich 9:30 bis 19:00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Cyber Cycling ★★★ 9:00 bis 9:50 Uhr	
Mama Fitness ★★ 10:15 bis 11:05 Uhr	Yoga ★ 11:15 bis 12:10 Uhr	Dance Aerobic ★★ 11.00 bis 11.50 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	BBP & Stretch ★★ 12:00 bis 13:00 Uhr	BBP & Stretch ★★ 10:00 bis 10:50 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich
Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Einsteiger Cyber Cycling ★★ 15:30 bis 17:00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Balance Stretch & Relax ★ 16:00 bis 16:55 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich 7:30 bis 9:00 Uhr & 11:00 bis 21:00 Uhr	Einsteiger Cyber Cycling ★★ 11:00 bis 11:50 Uhr
Balance Stretch & Relax mit Stephan ★ 17:00 bis 17:55 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich		Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Step Aerobic ★★★ 17:00 bis 17:55 Uhr		Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich
Latin Dance mit Stephan ★★ 18:00 bis 19:00 Uhr	Yoga ★★ 17:30 bis 18:30 Uh			Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Power Workout ★★ 18:00 bis 18:50 Uhr	
Cyber Cycling ★★★ 19:15 bis 20:15 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich			Pilates ★★ 19:00 bis 19:50 Uhr	Yoga ★★ 19:00 bis 19:50 Uhr	
<div>Trainingslevel leicht ★ Trainingslevel mittel ★★ Trainingslevel schwer ★★★</div>			IM POOL MIT TRAINER & ANMELDUNG 	IM KURSRAUM MIT TRAINER & ANMELDUNG	CYBER CYCLING KURSE	CYBERKURSE

MINDESTTEILNEHMERZAHL ALLE KURSE: 3 PERSONEN
Schwimmkurse, Tauchen & Meerjungfrauenschwimmen gegen Gebühr

Anmeldung Tel.: 039932 80500

Mail: fitness@fleesensee.de