

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>KURSPLAN - FRÜHLING 2026</b>						
09:00 - 10:00 Uhr BODYART	08:30 - 09:30 Uhr QI GONG <small>startet wieder ab 10.03.2026</small>	09:00 - 10:00 Uhr BODYSTYLE	10:30 - 11:30 Uhr <small>Demnächst startet ein neuer Kurs!</small>	10:00 - 11:00 Uhr BODYSTYLE/ + STEP 1	11:00 - 12:00 Uhr FUNCTIONAL - TABATA	<small>Jeden 1. des Monats FUNCTIONAL statt 4STREATZ</small> 10:00 - 11:00 Uhr 4STREATZ
10:10 - 11:10 Uhr LES MILLS BODYPUMP	09:30 - 10:30 Uhr RÜCKENFIT	10:10 - 11:10 Uhr CYCLING			<small>Hier findet circa jedes 2. Wochenende ein Kursspecial statt!</small> 16:30 - 17:30 Uhr KURSSPECIAL	11:10 - 12:10 Uhr CYCLING
18:30 - 19:30 Uhr LES MILLS BODYPUMP	17:30 - 18:30 Uhr YOGA	18:00 - 19:00 Uhr ZUMBA	18:30 - 19:30 Uhr LES MILLS BODYPUMP	17:40 - 18:40 Uhr PILATES		11:10 - 12:10 Uhr YOGA
19:35 - 20:35 Uhr BODYPOWER	18:45 - 19:45 Uhr FUNCTIONAL - TABATA	19:15 - 20:15 Uhr RÜCKENFIT	19:30 - 20:30 Uhr CORE-XPRESS	18:50 - 19:50 Uhr YOGA		<small>☰ Lüften und Teilnehmer-Wechsel</small>
	20:00 - 21:00 Uhr CYCLING		20:00 - 21:00 Uhr CYCLING			<b>KURSINTENSITÄT:</b> Powerkurs Powerkurs Powerkurs Dancekurse Moderater Kurs Yoga Ruhiger Kurs
					<b>ACHTUNG:</b> Circa jedes 2. Wochenende findet zu dieser Uhrzeit ein Kursspecial statt. Das genaue Datum und das Kursformat wird rechtzeitig angekündigt!	

## FRÜHLINGS-KURSPLAN

### KURSERKLÄRUNG:

1. Für alle News bitte immer auf [www.lifegym.de](http://www.lifegym.de) und auf **HOME** gehen!
2. Für alle Kurserklärungen auf **KURSE** gehen
3. Für alle Kursänderungen oder Kursausfälle bitte auf **KURSPLAN** gehen!!!

Während den Feiertagen und Ferien gilt ein geänderter Kursplan.

News und Kursausfälle werden tagesaktuell auf [www.lifegym.de](http://www.lifegym.de) angezeigt!

### FEIERTAGE UND FERIEN:

- Geänderter oder eingeschränkter Kursplan möglich!

MEHR UNTER:

[www.lifegym.de](http://www.lifegym.de)  
KURSE / KURSPLAN - FEIERTAGE

Neuer Kurs!



FACEBOOK: LifeGym  
INSTAGRAM: lifegym\_stockdorf

### ACHTUNG:

An den Feiertagen gelten gesonderte Öffnungszeiten und Kursänderungen!  
**SIEHE AUSHANG!**

Für alle Fragen:  
[info@lifegym.de](mailto:info@lifegym.de)

**ACHTUNG! Änderungen vorbehalten • Aktuelle Änderungen und NEWS immer auf: [www.lifegym.de](http://www.lifegym.de)**