

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
KURSPLAN HERBST AB 14.09.2026!						Jeden 1. des Monats FUNCTIONAL statt 4STREATZ
09:00 - 10:00 Uhr  BODYART	08:30 - 09:30 Uhr  QI GONG	09:00 - 10:00 Uhr  BODYSTYLE	09:30 - 10:30 Uhr  MOBILITÄT 	09:30 - 10:30 Uhr  BODYSTYLE/ + STEP 1	11:00 - 12:00 Uhr  FUNCTIONAL - TABATA	10:00 - 11:00 Uhr  4STREATZ
10:10 - 11:10 Uhr  LESMILLS BODYPUMP	09:30 - 10:30 Uhr  RÜCKENFIT	10:10 - 11:10 Uhr  CYCLING		10:30 - 11:30 Uhr  PILATES - FLOW 		11:10 - 12:10 Uhr  CYCLING
18:30 - 19:30 Uhr  LESMILLS BODYPUMP	10:40 - 11:40 Uhr  PILATES	18:00 - 19:00 Uhr  ZUMBA	18:30 - 19:30 Uhr  LESMILLS BODYPUMP	17:40 - 18:40 Uhr  PILATES		11:10 - 12:10 Uhr  YOGA
19:35 - 20:35 Uhr  BODYPOWER	17:30 - 18:30 Uhr  YOGA	19:15 - 20:15 Uhr  RÜCKENFIT	19:30 - 20:30 Uhr  CORE-XPRESS	18:50 - 19:50 Uhr  YOGA		
	18:45 - 19:45 Uhr  FUNCTIONAL - TABATA		20:00 - 21:00 Uhr Cycling Indoor wieder ab 24.09.26!  CYCLING			
	20:00 - 21:00 Uhr  CYCLING					

◀ Lüften und
Teilnehmer-Wechsel

KURSINTENSITÄT:

-  Powerkurs
-  Powerkurs
-  Powerkurs
-  Dancekurse
-  Moderater Kurs
-  Yoga
-  Ruhiger Kurs

KURSPLAN HERBST 2026

KURSERKLÄRUNG:

1. Für alle News bitte immer auf 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 angezeigt!

FEIERTAGE UND FERIEN:

- Geänderter oder eingeschränkter Kursplan möglich!
MEHR UNTER:
www.lifegym.de
KURSE / KURSPLAN - FEIERTAGE



FACEBOOK: LifeGym
INSTAGRAM: lifegym_stockdorf



NEUER KURS!

FEIERTAGE UND FERIEN:

An den Feiertagen gelten
gesonderte Öffnungszeiten
und Kursänderungen!
SIEHE AUSHANG!
und unter: www.lifegym.de
Für alle Fragen: info@lifegym.de

ACHTUNG! Änderungen vorbehalten • Aktuelle Änderungen und NEWS immer auf: www.lifegym.de