

Uhrzeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			
	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	
09:00		Yoga 9:00-10:00 Petra		Twiddle Step 9:00 -10:00 Bärbel						Pilates 9:00 -10:00 Marlene	Rehasport 9:00-9:45 Bärbel		Kursplan gültig ab 01.01.2026  beNew			
09:15																
09:30																
09:45																
10:00					Rehasport 10:00-10:45 Bärbel				Rehasport 10:00-10:45 Bärbel							
10:15		YoGe 10:15-11:15 Petra														
10:30																
10:45																
11:00																
11:15																
!!! ALLE Kurse bitte anmelden auf www.benew-fitness-studio.de/kurse oder über die Studio-App !!!																
15:30																
15:45		Rehasport 15:45-16:30 Bärbel														
16:00																
16:15																
16:30					TRX 16:30-17:15 Alex											
16:45		BeBo 16:45-17:30 Bärbel					Zumba Kids 16:45-17:30 Tina									
17:00	Pilates 17:00-18:00 Marlene															
17:15																
17:30				BBP 17:30-18:30 Bärbel		DanceFit 17:45-18:45 Yeukai		Functional Circle 18:00-19:00 Alex								
17:45																
18:00	M.A.X 18:00-18:25 Alex	Fit Mix 17:40-18:25 Bärbel							Zumba 18:00-19:00 Nadine				Zumba 18:00-19:00 Nadine			
18:15																
18:30			Zumba 18:30-19:30 Bettina	smart Abs 18:25-18:55 Bärbel	Indoor Cycling 18:30-19:30 Dirk			Bodyfit 18:30-19:30 Sven				Indoor Cycling 18:30-19:30 Dirk				
18:45						Rehasport 18:45-19:45 Bärbel										
19:00																
19:15																
19:30					Power Yoga 19:00-20:15 Martina											
19:45				Petra					Bauch 19:30-20:00 Sven	Leonie						
20:00																
20:15																
20:30																
20:45																
21:00																