



Corona-Plan v.12

ab 13.09.2021

Industriestr. 3-5
61118 Bad Vilbel
Tel.:06101-521444
Web:www.top1gym.de



Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
	9 ³⁰ – 10 ³⁰ Top1-Cycling Intervall	9 ³⁰ – 10 ³⁰ Wirbel- säulen- gymnastik					9 ³⁰ – 10 ³⁰ Top1- Cycling Intervall	8 ¹⁵ – 9 ¹⁵ Yoga					10 ⁰⁰ – 11 ³⁰ Fitness – Boxen A
							↑↑ ab 04.11.21						
17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ TRX Rücken		18 ⁴⁵ – 19 ⁴⁵ Wirbel- säulen- gymnastik		17 ¹⁵ – 18 ¹⁵ Body- Styling			17 ³⁰ – 18 ³⁰ Drums Alive®	18 ⁰⁰ – 18 ⁴⁵ Langhantel Workout T1		14 ³⁰ – 15 ³⁰ TRX Basic			
18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Yoga				18 ⁴⁵ – 19 ⁴⁵ LES MILLS BODYCOMBAT	18 ⁴⁵ – 19 ⁴⁵ Top1- Cycling Intervall	18 ⁴⁵ – 19 ⁴⁵ TRX Basic	↑↑ ab 21.10.21	18 ⁴⁵ – 19 ³⁰ Core Power	18 ⁴⁵ – 19 ⁴⁵ Power Top1- Cycling				
19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ TRX Basic													

!!! Bitte für ALLE Kurse in die Listen an der Theke eintragen !!!

Öffnungszeiten :

Mo. - Fr. 8¹⁵ bis 22⁰⁰
Sa. & So. 10⁰⁰ bis 18⁰⁰
Feiertage 10⁰⁰ bis 16⁰⁰
NeuJahr Geschlossen

Saunazeiten :

Mo., Mi., Do. & Fr. 8⁰⁰ bis 12³⁰
17⁰⁰ bis 22⁰⁰
Di. 17⁰⁰ bis 22⁰⁰
Sa. Auf Anfrage
So. 11⁰⁰ bis 18⁰⁰

Bitte eigene Matte mitbringen!

Dienstags Damen-Sauna !!!