

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Donnerstag	08:45 - 22:00 Uhr
Freitag	08:45 - 21:30 Uhr
Samstag	11:00 - 15:00 Uhr
Sonntag	10:00 - 15:00 Uhr

SAUNA

Montag	16:30 - 21:15 Uhr
Dienstag	10:00 - 13:30 Uhr / 19:00 - 21:15 Uhr
Mittwoch	16:30 - 21:15 Uhr
Donnerstag	10:00 - 13:30 Uhr / 19:00 - 21:15 Uhr
Freitag	16:00 - 20:45 Uhr
Samstag	11:00 - 14:15 Uhr
Sonntag	10:00 - 14:15 Uhr

DAMENSAUNA

Dienstag	16:30 - 19:00 Uhr
Donnerstag	16:30 - 19:00 Uhr

Vollklimatisiert

Freies Parken direkt am Studio



VfRG

Verein für Rehasport und
Gesundheitsförderung e.V.

Body Talk GmbH
Stadtring 5
33647 Bielefeld
Tel.: 0521-433228
www.Bodytalk-Bielefeld.de
Body_Talk@t-online.de



**Dein Leben
Deine Gesundheit**

MO

DI

MI

DO

FR

SA

Raum 1

Raum 1

Raum 1

Raum 1

Raum 1

Raum 1

09:00 - 10:00 Uhr
BEST AGE FIT

09:00 - 10:00 Uhr
BODY FORM

09:00 - 10:00 Uhr
WSG* &
STRETCHING

09:00 - 10:00 Uhr
BEST AGE FIT

09:00 - 10:00 Uhr
PILATES

11:30 - 12:30 Uhr
CLUBJOY YOGA

10:00 - 11:00 Uhr
CLUBJOY YOGA

10:00 - 11:00 Uhr
INDOOR CYCLEN

17:00 - 18:00 Uhr
PILATES

17:30 - 18:30 Uhr
BODY FORM

17:00 - 18:00 Uhr
FUNKTIONELLES
RÜCKENTRAINING

17:30 - 18:30 Uhr
CLUBJOY YOGA

17:00 - 18:00 Uhr
BAUCH BEINE PO

18:00 - 19:00 Uhr
CLUBJOY BATTLE

18:30 - 19:30 Uhr
CLUBJOY YOGA

18:00 - 19:00 Uhr
CLUBJOY POWER

18:30 - 19:30 Uhr
BODYFORM

18:00 - 19:00 Uhr
CLUBJOY POWER

10:30 - 11:30 Uhr
FLEXIBLE STUNDE

19:00 - 20:00 Uhr
CLUBJOY POWER

19:30 - 20:30 Uhr
INDOOR CYCLEN

19:00 - 20:00 Uhr
STRONG by ZUMBA

19:30 - 20:30 Uhr
PILATES

19:00 - 20:00 Uhr
INDOOR CYCLEN

11:30 - 12:30 Uhr
FLEXIBLE STUNDE
siehe aktuelle Aushänge

Raum 2

Raum 2

Raum 2

Raum 2

Raum 2

11:00 - 11:45 Uhr
REHA SPORT

17:30 - 18:30 Uhr
BOX FIT

17:00 - 17:45 Uhr
REHA SPORT

17:30 - 18:30 Uhr
BOX FIT

10:15 - 11:00 Uhr
REHA SPORT

17:00 - 17:45 Uhr
REHA SPORT

19:00 - 19:45 Uhr
REHA SPORT

18:45 - 19:30 Uhr
REHA SPORT



*WSG = Wirbelsäulengymnastik

Wir behalten uns vor, den Kursplan in den Schulferien zu verändern