MEHR. KURSE.



MAPET
... macht glücklich!
ROTTENBURG

KURSPLAN ROTTENBURG

gültig ab 1.10. 2026

MAPET
... macht glücklich!

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
09:15-10:20 BODYPUMP M LM		09:10-10:10 Faszien-Fitness/ Blackroll		08:10-09:10 Yoga Flow		09:15-10:15 Wirbelsäule		08:10-09:10 Wirbelsäule		10:15-11:15 Jump & Tone M/F		10:15-11:15 Wirbelsäule	
10:30-11:30 BODYBALANCE M LM		10:15-11:15 Wirbelsäule		09:15-10:15 Pilates		10:25-11:25 BODYBALANCE M LM		09:15-10:20 BODYPUMP M LM		11:20-12:20 BODYBALANCE M LM		11:25-12:30 BODYPUMP M LM	
			13:00-13:45 Reha-Sport	10:25-11:25 Jump & Tone (ca. alle 2 Wo./ s. App) M/F		11:30-12:00 Meditation			11:30-12:15 Reha-Sport				
	15:00-15:45 Reha-Sport		14:00:14:45 Reha-Sport							14:45-15:45 ZUMBA			
16:00-16:45 Bauch & CORE			16:20-17:05 Reha-Sport					16:25-17:25 Pilates		16:00-17:05 BODYPUMP M LM		15:30-17:30 Kurs-Specials (siehe App)	
16:50-17:50 Wirbelsäule		17:15-18:15 Jump & Tone M/F		17:15-18:15 Faszien-Fitness/ Blackroll		17:15-18:00 Jump & Tone M/F		17:30-18:35 BODYPUMP M LM					
18:00-19:00 BODYWORX M LM		18:20-19:20 Bodyshape		18:20-19:25 BODYPUMP M LM		18:05-19:05 Bodystyling M		18:40-19:40 BODYATTACK M/F LM					
19:10-19:55 Jump & Tone M				19:30-20:30 BODYBALANCE M LM		19:15-20:30 Yoga							
	20:00-20:45 Reha-Sport		20:05-20:50 Reha-Sport										

Vor Kursbeginn einchecken am Kursraum-Terminal erforderlich

- Gesundheit/Entspannung
- allgemeine Fitness
- Cardio Training

Klimaanlage im Kursraum

KURSNIVEAU
E: Einsteiger
M: Mittelstufe
F: Fortgeschritten

Kurs in Testphase

LM LESMILLS — Mapet ist exklusives Platinum LESMILLS Studio

ZUMBA

Reha-Sport — nur mit gültiger Verordnung

www.mapet.de

ÖFFNUNGS- UND SERVICEZEITEN (siehe auch Homepage)
Mo-Fr: 06:00–22:30 geöffnet
09:00–22:00 Service
Sa, So, Feiertage: 08:00–20:00 geöffnet
10:00–18:00 Service

Zutritt außerhalb der Servicezeiten nur mit gebuchtem MEHR TRAININGSZEIT ADD-ON (gratis)

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.