



Melkbrink 74-76
26121 Oldenburg

Tel: 0441 - 6 83 55 77
Fax: 0441 - 40 88 797
www.inform-ol.de

Gültig ab 25. Januar 2012

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18.15 – 19.15 BauchBeinePo	16.30 – 17.30 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***	9.30 – 10.30 Pilates*	18.00 – 19.00 Power Step	17.15 – 18.15 StepAerobic/ BauchBeinePo	16.00 – 17.00 Surprise**
19.15 – 20.15 NEU: Zumba	17.30 – 18.30 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***	18.30 – 19.30 Indoor Cycling* Energy	19.00 – 20.00 Push & Pull	19.15 – 20.15 Indoor Cycling* Energy	
20.20 – 21.20 Yoga	18.30 – 19.30 Push & Pull	18.30 - 19.30 Yoga - Flow	19.00 – 20.00 Indoor Cycling* Energy		
18.30 – 19.30 Indoor Cycling* Energy	19.00 – 20.00 Indoor Cycling* Energy	19.40 – 20.40 Yoga - Power	20.15 – 21.15 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***		
19.40 – 20.40 Indoor Cycling* Energy	19.30 – 20.30 Kick & Box				

Öffnungszeiten:	
Montag bis Freitag	8.30 – 22.00
Samstag	9.30 – 20.00
Sonntag	10.00 – 18.00

- * Anmeldung erforderlich
- ** Wechselndes Programm lt. Aushang
- *** Auch für *Inform*-Mitglieder

Für Neueinsteiger bieten wir in regelmäßigen Abständen Welcome-Cycling an.
Bei Interesse bitte Namen und Telefonnummer in die Listen beim Check-In eintragen.