

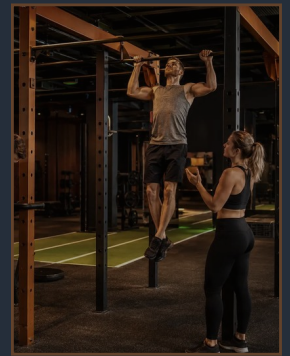


KURSPLAN.

DEINE WOCHEN. DEINE COACHES.

ACTIVE CITY KREMS | GROUP PERFORMANCE

OKTOBER 2026



MO

MONTAG

5 TERMINE



08:00 HATHA YOGA
TRAINER: Lana

09:00 PILATES
TRAINER: Lana
Neu ab 05.10.2026

17:30 STEP AEROBIC
TRAINER: Roswitha

18:30 ZUMBA
TRAINER: Raphaela

19:30 BODY WORKOUT
TRAINER: Raphaela

DI

DIENSTAG

1 TERMIN



18:00 PILATES FLOW
TRAINER: Marta

MI

MITTWOCH

4 TERMINE



08:00 HATHA YOGA
TRAINER: Lana

09:00 FULL BODY WORKOUT
TRAINER: Hanna
Neu ab Oktober 2026

17:30 ACTIVE JUMPING
TRAINER: Roswitha

18:30 BAUCH, BEINE & PO
TRAINER: Nataliya

DO

DONNERSTAG

3 TERMINE



17:30 YOGA
TRAINER: Marie

19:00 CORE BALANCE
TRAINER: Martin
bis 20:00 Uhr · 14-tägig im Wechsel

19:00 GESUND & MENTAL STARK
TRAINER: Karin
bis 20:00 Uhr · 14-tägig im Wechsel

FR

FREITAG

3 TERMINE



09:00 CORE & RÜCKEN
TRAINER: Raphaela

10:00 ZUMBA GOLD
TRAINER: Raphaela

18:00 PILATES FLOW
TRAINER: Marta

SO

SONNTAG

2 TERMINE



16:00 CALISTHENICS
TRAINER: Percy

17:30 MOBILITY
TRAINER: Percy

ALLE KURSE INKLUSIVE.

Für jedes Fitnesslevel. Persönlich begleitet. Gemeinsam stärker.

6 KURSTAGE

ALLE LEVELS

PERSÖNLICHE COACHES

active-city.at/kursplan

AKTUELLER HINWEIS

Donnerstag im 14-tägigen Wechsel. Die jeweilige Kurswoche und Percys Mittwochstermine bitte im Club erfragen.

Stand: 29.09.2026 · Änderungen vorbehalten.

KURSPLAN ONLINE

Scannen für Details

Wienerstraße 5b
3500 Krems
+43 2732 79707
office@active-city.at

