














# KURSPLAN ab Mai 2026

\*Änderungen vorbehalten

NEUER  
**HENNINGSLOF**  
 SPORT- & VITAL-RESORT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	
	 <b>9:00 – 9:45</b> Wassergymnastik 10 €			
	 <b>10:00 – 10:45</b> Wassergymnastik 10 €			
 <b>16:30 – 17:15</b> Pilates 7 €	 <b>11:00 – 11:45</b> Wassergymnastik 10 €			
 <b>17:30 – 18:15</b> Step & Style á 7 €		<b>16:30 – 16:55</b> Power – Bauch 3,50 €	 <b>16:00 – 16:45</b> Wassergymnastik 10 €	
 <b>18:30 – 18:55</b> Hanteltraining á 3,50 €	 <b>ZUMBA<sup>®</sup></b> fitness <b>EXTERN</b> <b>17:15 – 18:15</b>	<b>17:00 – 17:55</b> Power Pur 7 €	 <b>17:00 – 17:45</b> Wassergymnastik 10 €	
 <b>18:30 – 19:15</b> Wassergymnastik 10 €	 <b>ZUMBA<sup>®</sup></b> fitness <b>EXTERN</b> <b>19:00 – 20:00</b>	<b>18:00 – 18:30</b> Stretch & Relax 3,50 €	<b>18:10 – 19:10</b> <b>STRONG</b> NATION <sup>®</sup> <b>EXTERN</b>	
 <b>19:30 – 20:15</b> Wassergymnastik 10 €	 <b>19:00 – 19:45</b> Wassergymnastik 10 €			<b>Extern = Bezahlung und                      Anmeldung direkt bei                      Anbieter</b>

Hoteleigene Kurse: Anmeldung am Counter der Freizeitanlage oder unter 03876 – 792 312

**EXTERN - KURSE : ANMELDUNG unter 01520 – 34 300 51 oder 01525 – 85 239 34**