

GENAU MEIN STUDIO

DEINE KURSZEIT

Fitnesstraining | Koordinationstraining | Personaltraining | Freihanteltraining
| Cardiotraining | Krafttraining | Prävention | Rehasport | Naturheilpraxis
| Wellness-/SPA-Bereich | Fitness- und Kursterrasse

Wir sind für Euch da:

Montag bis Freitag 07:00 – 22:00 Uhr | Samstag + Sonntag 09:00 – 19:00 Uhr

Meine Sportzeit GmbH & Co. KG | Bahnhofsplatz 2b | 65549 Limburg | Tel: 06431 7780870

E-Mail: info@sportzeit-limburg.de | www.sportzeit-limburg.de



MEINE SPORTZEIT – AKTUELLES KURSANGEBOT

Gültig ab 01.04.2025 | Eine Kurs-Garantie erhältst du, wenn du deine Teilnahme / Kursplatz über die „My-Sports App“ buchst.



MO

09:00-10:00

YOGA / FLOW

10:05-10:30

BAUCH-RÜCKEN

GLEIS 8

DI

09:00-10:00

BODYPUMP

MI

09:15-10:00

BEST AGER

SENIOREN GYMNASTIK

10:05-10:30

FUNCTIONAL

GLEIS 8

DO



Zum Online-
Kursplan!

FR

09:00-10:00

YOGA / PILATES

10:15-11:00

REHA KURS

SA

10:30-11:30

JUMPING FITNESS

SO

09:45-10:45

CYCLING

11:00-12:00

BODYPUMP

12:30-13:30

YOGA / PILATES

16:00-16:45

REHA KURS

17:00-18:00

JUMPING FITNESS

17:35-18:00

FUNCTIONAL

GLEIS 8

18:15-19:15

BODYPUMP

19:30-20:30

CYCLING

17:00-17:55

ZUMBA FITNESS

18:00-18:55

BODYPUMP

19:05-20:05

PILATES

17:00-18:00

CYCLING

18:05-18:40

FUNCTIONAL

GLEIS 8

18:10-18:55

JUMPING FITNESS

19:00-20:00

YOGA / HATHA

17:00-18:00

BODYPUMP

18:10-19:10

CYCLING

19:15-20:15

ZUMBA FITNESS

17:00-18:00

DEEP WORK

18:05-18:30

FUNCTIONAL

GLEIS 8

18:15-19:15

YOGA /

INSIDE FLOW

19:45-20:45

BODYPUMP

WEITERE INFORMATIONEN ZU DEN KURSEN
FINDET IHR AUF UNSERER WEBSITE!

- AUSDAUER
- KRAFT
- REHA
- BALANCE
- FUNCTIONAL | GLEIS 8

Wir sind für Euch da:

Montag bis Freitag 07:00 – 22:00 Uhr

Samstag + Sonntag 09:00 – 19:00 Uhr

Besuche uns unter

www.sportzeit-limbürg.de