

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>ZUMBA (R)</b> 9.00 - 10.00			<b>Fit ab 50</b> 09.30 - 10.15		<b>Pole Dance Fitness</b> 9.30 - 15.00 Uhr	
<b>RückenFit</b> 10.00 - 10.45		<b>AOK</b> Gesundheitskurse Reaktives-Faszien Training 10.00 - 11.00 KursNr. 18 35 82 ab 19.09.2018		ab 5.10.18 12 x AOK Gesundheitskurse "Ran Rücken" 10.00 - 11.00 KursNr. 18 49 37 11.30 - 12.30 KursNr. 18 49 38		
			<b>Functional Training</b> 11.00 - 11.45			<b>Body Pump</b> 12.15 - 13.00
<b>Pole Dance Fitness</b> 17.00 - 19.00	<b>Outdoor Training*</b> Jahnstadion 18.00 -19.00		<b>Betriebssport</b> 18.30 - 19.15	<b>Outdoor Training*</b> Jahnstadion 18.00 -19.00		
<b>Functional Training</b> 19.15 - 20.00	<b>AOK</b> Gesundheitskurse Kraftworkout im Studio KursNr. 18 35 83 19:30 - 21:00 ab 18.09.2018	<b>Ts Schlingen Fit</b> <b>Workout</b> 19.00 - 19.45	<b>Ran an die Pfunde</b> 19.30 - 20.15			
		<b>Body Mix Workout</b> 20.00 - 20.45				

Bitte die aktuellen Angaben im KURSPLAN unter [www.Ts-GYM.de](http://www.Ts-GYM.de) oder **02921 - 559 700 4** beachten (Änderungen vorbehalten).

\* Outdoor Training: [Anmeldungen für Nichtmitglieder in Ts GYM, Steingraben I, 59494 Soest möglich.](#)

Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 13.00 und 15.30 - 21.00 Uhr Sa + So 9.30 - 15.00 Uhr

Feiertage: 03.10.Tag der deutschen Einheit geschlossen, 01.II. Allerheiligen Donnerstag 10.00 - 14.00 Uhr

**Soester Allerheiligen Kirmes:** 7.II. Mittwoch 10.00 - 13.00 Uhr, vom 8.II. bis 11.II. geschlossen!