

Öffnungszeiten und Kursangebot

Weihnachten/Silvester/Neujahr 2025/26

Heiligabend, Mittwoch, 24.12.2025

Öffnungszeit: 06:30 - 14:00 Uhr

09:00 - 10:00 Rücken Fit mit Shaouki

09:00 - 10:15 Vinyasa Flow I-II mit Jessy

10:00 - 11:30 Full Bodyworkout & Stretching mit Marco

Weihnachten, Donnerstag, 25.12.2025

Öffnungszeit: 10:00 - 18:00 Uhr

11:00 - 12:00 Spinning mit Kathi

11:00 - 12:15 Full Bodyworkout & Stretching mit Nina

12:15 - 13:30 Pilates Special mit Shaouki, Raum 1

13:30 - 14:15 TRX-Intensive mit Shaouki

Weihnachten, Freitag, 26.12.2025

Öffnungszeit: 10:00 - 18:00 Uhr

10:00 - 11:15 Muskelfunktionstraining mit Marie

10:00 - 11:30 Spinning Special mit Marcel

15:00 - 15:55 Wirbelsäulen Gymnastik mit Frank

16:00 - 16:30 Stretch & Relax mit Frank

Silvester, Mittwoch, 31.12.2025

Öffnungszeit: 06:30 - 14:00 Uhr

09:00 - 10:15 Vinyasa Flow I-II mit Jessy

10:00 - 11:00 Full Bodyworkout & Stretching mit Marco

11:00 - 12:30 Power Circle mit Marco

12:30 - 13:30 Spinning mit Kathi

Neujahr, Donnerstag, 01.01.2026

Öffnungszeit: 10:00 - 18:00 Uhr

11:00 - 11:45 TRX-Intensive mit Shaouki

11:00 - 12:15 Vinyasa Flow Yoga mit Apollonia

11:45 - 13:00 Pilates Special mit Shaouki, Raum 1

13:00 - 14:15 Full Bodyworkout & Stretching mit Nina

FROHE WEIHNACHTEN UND EIN GLÜCKLICHES UND GESUNDES
NEUES JAHR 2026, WÜNSCHT EUCH EUER LOKAHI LOFT-TEAM