



## Wasser-Gymnastik in der Therme Geinberg

Unsere Thermencoaches laden direkt in der Therme zur kostenfreien Wasser-Gymnastik ein. Die Einheiten finden täglich um **11.30, 14.30 und 18.00 Uhr** in abwechselnder Reihenfolge statt.

Nur für Hotelgäste auch um **8.00 Uhr**.

# FORM

## Ihr Vital- und Sportplan

**Öffnungszeiten:**  
Mo - Fr: 09.00 - 12.30 Uhr / 16.00 - 22.00 Uhr  
Sa, So, Ftg: 09.00 - 18.00 Uhr

## Montag

09.30 - 10.25	Reaktiv Pilates	VZ	● ● ●
14.00 - 14.55	Aqua Cycling*	IF	●
19.00 - 20.25	Hot Iron Cross	SC	● ●

## Dienstag

09.30 - 10.25	Wirbelsäulen Gymnastik	VZ	● ●
10.45 - 11.45	Reaktiv Walking	FS	● ● ●
14.00 - 14.30	Reaktiv Aqua	SB	●
19.00 - 20.25	Reaktiv Body Pump	SC	● ●

## Mittwoch

09.30 - 10.25	Reaktiv Walking	FS	● ● ●
14.00 - 14.55	Aqua Cycling*	IF	●
19.00 - 20.25	Hot Iron Cross	SC	● ●

## Donnerstag

09.30 - 10.25	Guten Morgen Bauch	VZ	● ●
14.00 - 14.30	Reaktiv Aqua	SB	●
19.00 - 19.55	Body Vital Pump	SC	● ●
20.00 - 20.55	Body Styling	SC	● ●

## Freitag

09.30 - 10.25	Nordic Walking	FS	● ● ●
14.00 - 14.55	Aqua Cycling*	IF	●

## Samstag

09.30 - 10.25	Vital Pilates	VZ	●
10.45 - 11.45	Reaktiv Walking	FS	● ● ●
14.00 - 14.55	Aqua Cycling*	IF	●

## Sonn- /Ftg.

10.00 - 10.55	Hot Iron Intro	SC	● ●
14.00 - 14.55	Aqua Cycling*	IF	●

- = feste (Hallen-) Schuhe
- = kostenfrei für Fitness-Studio-Mitglieder
- = kostenfrei für Hotelgäste (1 Einheit pro Person/Nacht)
- = kostenpflichtig

- SC = Sportcenter
- SB = Sportbecken
- FS = Fitness-Studio
- IF = Innfo
- VZ = Vitalzentrum

\* Anmeldung und Treffpunkt 30 Minuten vor Start bei der INNFO