

## Montag

ClassRoom 2 **9:00** ( 60 min )  
**Special**

ClassRoom 1 **18:00** ( 60 min )  
**Indoor Cycling**

ClassRoom 1 **19:00** ( 60 min )  
**Boxen**

ClassRoom 3 **19:00** ( 60 min )  
**Kickboxen**

ClassRoom 2 **19:15** ( 45 min )  
**Pilates**

## Dienstag

Trainingsfläche **9:30** ( 60 min )  
**EGYM Check-up**

ClassRoom 1 **19:00** ( 60 min )  
**Karate**

ClassRoom 2 **19:15** ( 45 min )  
**Yoga**

ClassRoom 3 **19:30** ( 60 min )  
**Krav Maga**

## Mittwoch

ClassRoom 1 **9:00** ( 60 min )  
**Indoor Cycling**

ClassRoom 2 **10:15** ( 45 min )  
**Yoga**

ClassRoom 3 **18:00** ( 60 min )  
**Street-Combat**

ClassRoom 2 **18:15** ( 45 min )  
**Pump**

ClassRoom 1 **19:00** ( 60 min )  
**Boxen**

ClassRoom 3 **19:00** ( 60 min )  
**Kickboxen**

ClassRoom 2 **19:15** ( 45 min )  
**Yoga**

## Donnerstag

ClassRoom 2 **17:30** ( 30 min )  
**BBP**

ClassRoom 2 **18:00** ( 30 min )  
**HIIT**

ClassRoom 3 **18:00** ( 60 min )  
**Street-Combat**

ClassRoom 3 **19:00** ( 60 min )  
**MMA**

## Freitag

ClassRoom 2 **9:00** ( 60 min )  
**Pump**

ClassRoom 1 **18:00** ( 60 min )  
**Indoor Cycling**

## Sonntag

ClassRoom 1 **11:00** ( 60 min )  
**Indoor Cycling**

### CrossWorkShops mit Max im November.

**10:00** ( 60 min )  
**2. Nov., Sa**

**18:00** ( 60 min )  
**4. Nov., Mo**

**17:00** ( 60 min )  
**5. Nov., Di**

**10:00** ( 60 min )  
**10. Nov., So**

**18:00** ( 60 min )  
**11. Nov., Mo**

**19:00** ( 60 min )  
**14. Nov., Do**

**17:00** ( 60 min )  
**15. Nov., Fr**

**18:00** ( 60 min )  
**18. Nov., Mo**

**17:00** ( 60 min )  
**19. Nov., Di**

**17:00** ( 60 min )  
**29. Nov., Fr**

**Aktiva Premium + Basic . Olpe**  
Ziegeleistraße 40 . 57462 Olpe  
Telefon 02761 64979  
[www.aktiva-olpe.de](http://www.aktiva-olpe.de)  
E-Mail: [info@aktiva-olpe.de](mailto:info@aktiva-olpe.de)

**Fitness- und Geräteparks**  
Montag bis Freitag  
6:00 - 22:00 h  
Samstag + Sonntag  
9:00 - 18:00 h  
An Feiertagen generell geöffnet  
9:00 - 18:00 h

**Saunazeiten . Olpe**  
Montag, Dienstag, Mittwoch, Freitag  
18:00 - 21:30 h  
( Dienstag ist Frauentag )  
Sonntag und an Feiertagen  
12:00 - 16:30 h

**Kursplan gültig im**  
November 2024.

 **Aktiva** Olpe