

Juli Aktivaplust ruft, dein Rhythmus folgt!

Montag

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

Indoor Cycling

ClassRoom 2 **18:00** (60 min)

Kickboxen

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

Boxen

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

Pilates

Dienstag

ClassRoom 2 **18:30** (60 min)

Karate

ClassRoom 2 **19:30** (45 min)

Yoga

Mittwoch

ClassRoom 1 **09:00** (60 min)

Indoor Cycling

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

Yoga

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

Pump

ClassRoom 2 **18:00** (60 min)

Mobility

ClassRoom 2 **19:00** (60 min)

Boxen

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

Kickboxen

Donnerstag

ClassRoom 2 **17:30** (45 min)

Pilates

ClassRoom 1 **18:15** (60 min)

Street-Combat

ClassRoom 2 **18:30** (60 min)

Karate

ClassRoom 2 **19:30** (75 min)

Krav Maga

ClassRoom 1 **19:30** (60 min)

WORLD JUMPING

Freitag

ClassRoom 1 **09:00** (60 min)

Pump

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

Indoor Cycling

ClassRoom 2 **18:00** (60 min)

Mobility

CrossWorkShops mit Max im Juli:

1. Juli -> Mi
18:00

2. Juli -> Do
18:00 (Einsteigerkurs)

5. Juli -> So
12:00 (HYROX)

6. Juli -> Mo
09:00 + 18:00

9. Juli -> Do
18:00 (Einsteigerkurs)

27. Juli -> Mo
09:00 + 18:00

28. Juli -> Di
18:00 (Einsteigerkurs)

31. Juli -> Fr
18:00 (HERO)

Sonntag

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

Indoor Cycling

Aktivaplust . BiggeSeeFront
Am Obersee 8 . 57462 Olpe
Telefon 02761 64979
www.aktivaplust.de

Öffnungszeiten im Juli:
Montag bis Freitag
06:00 - 23:30
Samstag und Sonntag
08:00 - 19:00
An Feiertagen generell geöffnet
08:00 - 19:00 h

**Kursplan gültig im
Juli 2026.**

Sommerkurspause:
Vom 13. bis 26. Juli finden keine
Gruppenfitnesskurse statt.

**Aktivaplust ist am Schützenfest-
montag, 20. Juli geschlossen**