

# Trainings- und Öffnungszeiten des TrainingsCenter

VORMITTAG

NACHMITTAG

	Mo.	Di.	Mi.	Do.	Fr.	Sa.
06:00						
06:45		Geöffnet ab 06:45		Geöffnet ab 06:45		
07:00		SCX FFT 07:00 - 08:00		SCX FFT 07:00 - 08:00		
07:15						
07:30						
07:45						
08:00		Geschlossen ab 09:00		Geschlossen ab 09:00		
08:15						
08:30						
08:45						
09:00			Geöffnet ab 09:00		Geöffnet ab 09:00	
09:15						
09:30						
09:45						
10:00			SCX FFT 09:30 - 10:30		SCX FFT 09:30 - 10:30	Geöffnet ab 09:30
10:15						SCX FFT 10:00 - 11:00
10:30						
10:45						
11:00			Geschlossen ab 12:00		Geschlossen ab 12:00	Geschlossen ab 12:00
11:15						
11:30						
11:45						
12:00						
16:30					Geöffnet ab 16:30	
16:45						
17:00		Geöffnet ab 17:00		Geöffnet ab 17:00		
17:15						
17:30	Geöffnet ab 17:30				SCX FFT 17:30 - 18:30	
17:45						
18:00		SCX FFT 18:00 - 19:00		SCX FFT 18:00 - 19:00		
18:15						
18:30	SCX FFT 18:30 - 19:30		SCX FFT 18:30 - 19:30			
18:45						
19:00		Geschlossen ab 20:00		Geschlossen ab 20:00	Geschlossen ab 19:30	
19:15						
19:30	SCX FFT 19:30 - 20:30		SCX FFT 19:30 - 20:30			
19:45						
20:00						
20:15						
20:30						
20:45						
21:00	Geschlossen ab 21:30		Geschlossen ab 21:30			
21:15						
21:30						
21:45						
22:00						



## Öffnungszeiten

Zu den Öffnungszeiten hat jedes SportCodex Mitglied das Recht, das TrainingsCenter für sein eigenes Training zu nutzen.

## SCX FFT - Functional Fitness Training

60 Minuten Functional Fitness Training nach dem SportCodex TrainingsSystem. Jeder Sportler ist herzlich eingeladen, 15 – 20 Minuten vor dem Trainingsbeginn seine individuellen Übungen durchzutrainieren.

## Sonn- und Feiertage

Das Programm für Sonn- und Feiertage wird immer angekündigt.

