

KURSPLAN

FITNESS-STUDIO

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	FUNKTIONS-TRAINING 18:00 – 19:00 Alina			+ WSG 9:30 – 11:00 Boris		+ WSG 10:00 – 11:00 Boris
CYCLING 17:30 – 18:30 Tina	CYCLING 18:30 – 19:30 Susanne	CYCLING 18:00 – 19:00 Claudia	FUNKTIONS-TRAINING 18:00 – 19:00 Lea	CROSS-WORKOUT 18:00 – 19:00 Annelie		
CROSS-WORKOUT 18:30 – 19:30 Annelie	+ PILATES 19:00 – 20:00 Alina	BODY SHAPE 18:00 – 19:00 Alina	FASZIEN-TRAINING 19:00 – 20:00 Lea		<div style="text-align: center;"> <p><i>das geheimnis des erfolges ist</i></p> <p>ANZUFANGEN</p> <p>MARK TWAIN</p> </div>	
	+ WSG (2-WÖCHIG) 20:00 – 21:00 Boris	+ YOGILATES 19:00 – 20:00 Alina				

AB 01.10.2019