

KURSPLAN

FITNESS-STUDIO

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
CYCLING 17:30 – 18:30 Tina	FUNKTIONS- TRAINING 18:00 – 19:00 Alina	CYCLING 18:00 – 19:00 Claudia	FUNKTIONS- TRAINING 18:00 – 19:00 Lea	WSG 9:30 – 11:00 Boris		WSG 10:00 – 11:00 Boris
MOBILITY 18:00 – 18:30 Lea	CYCLING 18:30 – 19:30 Susanne	BODY SHAPE 18:00 – 19:00 Alina	FASZIEN- TRAINING 19:00 – 20:00 Lea	CROSS- WORKOUT 18:00 – 19:00 Annelie		
STARKE MITTE 18:30 – 19:00 Lea	PILATES 19:00 – 20:00 Alina	YOGILATES 19:00 – 20:00 Alina				
CYCLING 18:30 – 19:30 Tina	WSG 20:00 – 21:00 Boris (14-tägig)	CYCLING 19:00 – 20:00 Claudia				
CROSS- WORKOUT 18:30 – 19:30 Annelie						

das geheimnis
des erfolges ist

ANZUFANGEN

MARK TWAIN

AB 01.12.2019