

KURSPLAN - GROUPEFITNESS

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09:15 – 10:00 LES MILLS SH'BAM Easy Dance Monika		06:15 – 07:15 LES MILLS BODYPUMP Langhantel Workout Isabelle			
09:15 – 10:15 PILATES Gesundheit Ilina	10:15 – 10:45 BLACKROLL Faszientraining Simon		09:30 – 10:30 LES MILLS BODYPUMP Langhantel Workout Keren	08:30 – 09:30 BLOOMERGIE FITNESS Gesundheit Carole	09:30 – 10:15 BLACKROLL Faszientraining Luca	
	10:15 – 10:45 KIDS WORKOUT 2-3 Jahre Ramona				10:30 – 11:30 LES MILLS BODYSTEP Athletic Step Simona	
12:15 – 13:00 LES MILLS BODYPUMP Langhantel Workout Fabian	12:15 – 13:00 FUNCTIONAL WORKOUT Simon	12:15 – 13:00 LES MILLS BODYBALANCE Yoga Kathi	12:15 – 12:45 LES MILLS CXWORX Rumpfttraining Fabian	12:15 – 13:00 RÜCKEN FIT Gesundheit Luca		12:00 – 12:45 LES MILLS SH'BAM Easy Dance Nimas
18:00 – 18:50 LES MILLS SH'BAM Easy Dance Monika						
	18:15 – 19:00 LM TONE™ Fatburner Patrizia	18:15 – 19:00 LES MILLS BODYPUMP Langhantel Workout Florian				
19:00 – 19:30 LES MILLS CXWORX Rumpfttraining Isabelle	19:00 – 20:00 LES MILLS BODYJAM Dance Nimas	19:00 – 19:30 LES MILLS CXWORX Rumpfttraining Florian				
19:30 – 20:30 LES MILLS BODYBALANCE Yoga Isabelle		19:30 – 20:30 LES MILLS BODYSTEP Athletic Step Ramita	20:00 – 21:00 LES MILLS BODYBALANCE Yoga Isabelle			

Unser gesamtes Kursangebot darf von unseren Mitgliedern kostenlos mitbenutzt werden.