

Groupfitness - Kursplan

Gültig ab 14.01.2019



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.30 - 10.30 INDOORCYCLING Kursraum 2	09.15 - 10.15 LES MILLS BODYBALANCE Kursraum 1	09.30 - 10.30 B.B.P. Kursraum 1	09.00 - 10.00 RÜCKENFIT Kursraum 1	08.55 - 09.25 LES MILLS BODYCOMBAT Kursraum 1	09.45 - 10.40 X-TREME FIT Kursraum 1	
	10.30 - 11.30 ZUMBA Kursraum 1			09.30 - 10.30 INDOORCYCLING Kursraum 2		10.30 - 11.30 INDOORCYCLING Kursraum 2
17.30 - 18.30 FASZIEN Kursraum 1		17.30 - 18.30 LES MILLS BODYBALANCE Kursraum 1	17.30 - 18.30 H.I.I.T. Kursraum 1			
18.40 - 19.40 LES MILLS BODYPUMP Kursraum 1	18.00 - 19.00 LES MILLS BODYCOMBAT Kursraum 1	18.30 - 19.30 INDOORCYCLING Kursraum 2	17.45 - 18.45 YOGA Kursraum 2			
19.50 - 20.45 STEP Kursraum 1	19.15 - 20.10 PILATES Kursraum 1	18.40 - 20.10 XCO Power Kursraum 1	19.00 - 20.00 LES MILLS BODYPUMP Kursraum 1	19.15 - 20.45 INDOORCYCLING Kursraum 2		
	19.15 - 20.15 INDOORCYCLING Kursraum 2		19.00 - 20.00 INDOORCYCLING Kursraum 2			