

UNSER KURSPLAN



Regular (Offene Kurse)
 Special (Geschlossene Kurse)
 Kurse mit externer Trainerin

Kurs	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1	5.30 Uhr Early Bird			5.30 Uhr Early Bird			
2					8.00 Uhr Full Body	8.00 Uhr Full Body	9.00 Uhr Full Body
3		10.00 Uhr Ernährungs- Workshop				9.00 Uhr Yogilates	9.00 Uhr Refresher Laufkurs
4		11.00 Uhr Full Body			10.00 Uhr Fit & Agil	9.00 Uhr HYROX	10.00 Uhr Laufkurs Aufb.
5						10.00 Uhr Ernährungs- Workshop	10.00 Uhr Faszien Training
6				17.00 Uhr Indoor Cycling	17.00 Uhr Zumba My first class		
7		17.00 Uhr Indoor Cycling		18.00 Uhr BBP	17.00 Uhr Challenger 2.0		
8	18.00 Uhr Full Body	17.30 Uhr Challenger 2.0	18.00 Uhr Indoor Cycling	18.00 Uhr Ernährungs- Workshop	18.00 Uhr Full Body		
9	18.45 Uhr The Power of Step	18.30 Uhr MasterClass	18.00 Uhr Basic 2.0				
10	19.00 Uhr XXL Helden	18.30 Uhr Ladies KraftClub					
11		19.45 Uhr Rhythm Night- Ride-Cycling					



GEWÖHN DICH AN ANDERS!

Hier geht es zur Anmeldung
für unsere Kurse!

