

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	08:30 - 09:30 PILATES Heidi	08:30 - 09:30 BALANCE Heidi				
		10:00 - 11:00 SOMMER - FIT Aldona	09:30 - 10:30 INTERVALL - PARCOUR Aldona		10:00 - 11:00 BODYPUMP <small>LesMills</small> Isa / Team	10:00 - 11:00 F.I.P. / INTERVALL Raphi / Tamina
18:00 - 19:00 BODYPUMP <small>LesMills</small> Isa / Heidi		18:00 - 19:00 TONE <small>LesMills</small> Anna / Isa	18:00 - 19:00 BODYPUMP <small>LesMills</small> Isa / Team	18:00 - 19:00 TONE <small>LesMills</small> <i>wöchentlich im Wechsel</i>	Anmeldung für die jeweilige Lektion via Chat: Bitte WhatsApp an 079 606 93 99 (Anita) (Du wirst dann in den Gruppenchat aufgenommen) Dauer der Lektionen = ca. 55 Minuten Die Lektionen werden durchgeführt, wenn mindestens 4 Teilnehmende anwesend sind.	
18:30 - 19:30 INDOOR - CYCLING Aless	18:30 - 19:30 ABS & CORE Tamina		18:30 - 19:30 INDOOR - CYCLING Aless	ABS & CORE Isa / Tamina		
19:15 - 20:15 BODYJAM <small>LesMills</small> Anna	19:30 - 20:20 BOOTY - Intervall Aldona	19:15 - 20:15 CIRCLE - TRAINING Raphi	19:15 - 20:15 YOGA Heidi			

Bürozeiten / Center betreut:

Montag & Donnerstag: 09:00 - 11:00 / 18:00 - 20:00 oder auf Voranmeldung: 062 298 35 21