

Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

Fitness Studio Zorneding
 Georg-Wimmer-Ring 2-6
 85604 Zorneding
 08106 996432
 info@fitnessstudio-zorneding.de



Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
09:00 - 10:00 All-in-one	08:25 - 09:25 ZUMBA Gold	08:30 - 09:30 Wirbelsäulen - Gymn...	08:30 - 09:00 Spezial - Stretchin...	08:45 - 09:45 Cycling II	17:00 - 18:00 Bodystyling	09:30 - 10:00 BBP Xpress
10:00 - 11:00 Wirbelsäulen - Gymn..	09:30 - 10:30 Pilates	09:30 - 10:30 Bodystyling	09:00 - 10:30 Woyo	09:00 - 10:00 All-in-one	18:00 - 19:00 Wirbelsäulen - Gymn..	10:00 - 11:00 All-in-one
11:00 - 11:45 WBS für Rehasportgr...	18:00 - 19:00 Bodystyling	10:30 - 11:30 ZUMBA Fitness	10:30 - 11:00 FlowTonic	10:00 - 11:30 Vinyasa Flow Yoga		10:15 - 11:15 Cycling II-III
18:30 - 19:00 FlowTonic	19:00 - 20:00 Wirbelsäulen - Gymn..	17:30 - 19:00 Vinyasa Flow Yoga	18:30 - 19:30 deepWORK™	18:00 - 19:00 ZUMBA Fitness		17:00 - 18:15 Body & Mind
19:00 - 20:00 Bodyspecial	20:05 - 21:05 Step & Workout	19:00 - 20:00 Bodyspecial	19:30 - 20:00 BBP Xpress	18:00 - 19:00 Cycling II-III		
20:00 - 21:00 Woyo		20:05 - 21:05 Cycling II-III	20:00 - 21:00 Wirbelsäulen - Gymn..			
20:05 - 21:05 Mix Cycling						

■ Cardio-Training
 ■ Entspannung
 ■ Funktionelles Tr...
 ■ Krafttraining
■ Körperstraffung

Stand: 13.12.2017