

Kursplan

19.11.2018 - 25.11.2018

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



Montag 19.11.2018	Dienstag 20.11.2018	Mittwoch 21.11.2018	Donnerstag 22.11.2018	Freitag 23.11.2018	Samstag 24.11.2018	Sonntag 25.11.2018
09:00 - 10:00 All-in-one	08:25 - 09:25 ZUMBA Gold	08:30 - 09:30 Wirbelsäulen - Gymn...	07:30 - 08:30 Cycle Endurance	08:25 - 09:10 WBS für Rehasportgr...	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	08:30 - 09:00 Spezial - Stretchin...	09:15 - 10:15 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	09:00 - 10:30 Woyo	10:20 - 11:50 Vinyasa Flow Yoga		10:15 - 11:15 Cycle Intervall kur...
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		
19:00 - 20:00 Bodyspecial	20:05 - 21:05 Step & Workout	18:00 - 19:00 Cycle Intervall lan...	19:30 - 20:15 WBS für Rehasportgr...	18:00 - 19:00 Cycle Bergprofil		
20:00 - 21:00 Cycle Endurance		19:00 - 20:00 Cycle Power Racing	20:15 - 21:15 Wirbelsäulen - Gymn...			
20:00 - 21:00 Woyo		19:00 - 20:00 Bodystyling				
		20:15 - 21:00 WBS für Rehasportgr...				

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

Stand: 20.11.2018