

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag			
9:00-9:45	4D Pro (60 min)	Jumping Fitness	Piloxing	Bodyshape	Tabata	Muskel & Gefäß Training	Jumping Fitness	Jumping Fitness	Jumping Fitness	
9:30-10:15										
10:00-10:45	Bauch Beine Po	4 D Pro (60 min)	Yoga Rebound	Jumping Fitness	Piloxing	4D Pro (60 min)	Jumping Fitness	Bodyshape	Bauch Beine Po	Bauch Beine Po
10:30-11:15										
11:00-11:45	Jumping Fitness	Bodyshape Beginn 11.15	Fit Mix	Bauch Beine Po	Yoga für den Rücken	4 D Pro (60 min)	Jumping Fitness	Jumping Fitness	4 D Pro (60 min)	
11:30-12:15										
12:00-12:45					Faszientraining	Yoga für den Rücken	Faszientraining			
12:30-13:15	Fit Mix									
13:00-13:45		Muskel & Gefäß Training	Bodyshape	Yoga für den Rücken	Bodyshape	Yoga Rebound	Piloxing			
13:30-14:15	Power Yoga		Jumping Fitness							
14:00-14:45	Bodyshape	Jumping Fitness	4D Pro (60 min)	Fit Mix	Jumping Fitness	Bauch Beine Po				
14:30-15:15			Yoga Rebound							
15:00-15:45	Jumping Fitness	Bauch Beine Po	Jumping Fitness	Piloxing	Yoga Rebound	Jumping Fitness				
15:30-16:15			Bodyshape						Bodyshape	
16:00-16:45	Yoga Rebound	4D Pro (60 min)	Yoga für den Rücken	Fit Mix	Bodyshape	Bauch Beine Po	Fit Mix	Jumping Fitness		
16:30-17:15		Bodyshape Beginn 16.45 Uhr	Jumping Fitness						Fit Mix	
17:00-17:45	Bauch Beine Po	Bodyshape		Bauch Beine Po	Jumping Fitness	Tabata	Bauch Beine Po			
17:30-18:15		4D Pro (60 min)							Bauch Beine Po	
18:00-18:45	Tabata	Jumping Fitness	Jumping Fitness	Jumping Fitness	Tabata	Jumping Fitness	Bauch Beine Po	Jumping Fitness	Piloxing	
18:30-19:15										
19:00-19:45	4D Pro (60 min)	Jumping Fitness	Jumping Fitness	Tabata	Jumping Fitness	Fit Mix	Bodyshape	Muskel & Gefäß Training	4D Pro (60 min)	Bodyshape
19:30-20:15										
20:00-20:45	Jumping Fitness	4 D Pro (60 min.)	Jumping Fitness	Faszien-training	Guten Abend Yoga (60 min.)	Jumping Fitness	Piloxing	Jumping Fitness		

Gültig ab 03.04.2018!!

Bitte beachten: 4D Pro Kurs dauert 60 min. und wird mit 10€ berechnet!!

Power Yoga Kurs dauert auch 60 min. und wird mit 7€ berechnet!!

In den Premiumkarten sind die Kurse beinhaltet.