

Kursplan indoor

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

10:15 - 11:15
In Vita Vitae Ü55
Lucie

17:00 - 18:00
BBP
Nicole

18:15 - 19:15
Cycling
Martin

9:30 - 10:30
Power Pilates
Lucie

18:00 - 19:00
Total Body Workout
Lilly

19:15 - 20:45
Rücken Spezial
Lilly

18:15 - 19:15
TRX
Simon

19:15 - 20:15
Pilates
Jeaney

08:45 - 09:45
Body Shaping
Anna

17:00 - 18:00
BBP
Nicole

18:15 - 19:15
Cycling
Matteo

09:00 - 10:00
BBP
Lucie

17:00 - 18:30
BBP SPECIAL
Nicole

9:30 - 10:30
Langhantel
Marta

10:45 - 11:45
Pilates
Marta

9:45 - 10:45
**Total Body
Workout**
Ken

10:50 - 11:20
HIT Combat
Ken

11:25 - 12:25
Body in Balance
Ken

Levels:

geeignet für Anfänger

geeignet für Teilnehmer mit Erfahrung

für Teilnehmer mit viel Erfahrung und
guten Vorkenntnissen