

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.30 – 10.15 Wirbelsäuleng.	9.00 – 10.30 Yoga	9.30 – 10.15 Problemzoneng.	9.30 – 10.15 Pilates	9.30 – 10.15 Pilates	Bis zu 50 Kurse/Woche	10.00 – 10.45 Cycling

Kursprogramm

18.00 – 18.45 Cycling/Einsteiger	18.00 – 18.45 Cycling	17.30 – 18.15 Step - Aerobic	18.00 – 18.45 Cycling/Einsteiger	Tägl. kostenlose Probetrainings	Info 0271-42037	10.30 – 11.15 Wirbelsäuleng.
18.00 – 18.45 BBP	18.30 – 20.00 Yoga	18.00 – 18.45 Cycling	18.00 – 18.45 Body Power/Ski-Fit	18.00 – 18.45 Cycling		11.15 – 12.00 Fat – Burner
18.45 – 20.00 Yoga/Einsteiger	19.00 – 19.45 Aerobic + Band	18.15 – 19.15 Pilates	18.00 – 18.45 BBP	18.00 – 18.45 Pilates		Massage nach Termin
19.00 – 19.45 Body Power	19.00 – 19.45 Cycling	19.00 – 19.45 Body Work	19.00 – 19.45 Cycling	19.00 – 19.45 Step+Fat-Burner		3 Kursräume Kinderbetreuung Saunalandschaft
19.00 – 19.45 Cycling	20.00 – 20.45 Wirbelsäuleng.	19.15 – 20.00 Wirbelsäuleng.	Boyo 19.00 – 19.45	Ernährungs – beratung		
20.00 – 20.45 Step Einsteiger	20.00 – 21.45 WingTsun	20.00 – 20.45 Bauch+Rücken	19.00 – 19.45 Pilates	365 Tage im Jahr bis zu 50 Kurse pro Woche Montag – Freitag 08.30 – 22.00 Sa./ So./ Feiert. 10.00 – 18.00		Cycling Kursraum 3
20.00 – 20.45 Cycling	Gruppentraining auf Anfrage	Individuelle Betreuung	20.00 – 21.45 WingTsun	Qualifizierte Trainer u. Kursleiter		Kursraum 2 Unten
Kinderbetreuung: Mo. 09.30 – 11.30 / Di: 09.00 – 11.00 / Mi. 09.30 – 11.30 Do. 09.30 – 11.30 / Fr. 09.00 – 11.00 / So. 10.00 – 12.15 / Mo. 17.30 – 19.30 / Mi 17.00 – 19.15						Kursraum 1 Oben

[www.FitnessCompany- No1.de](http://www.FitnessCompany-No1.de)