

Montag

17:30 bis 18:30
Bootcamp

18:30 bis 20:00
**Pilates Cardio
Workout**

Dienstag

10:00 bis 11:00
Rückenfit

11:00 bis 11:30
Stretch & Relax

17:25 bis 17:55
Bodycircuit

18:00 bis 19:15
Langhanteltraining

19:15 bis 20:15
Spin Bike

Mittwoch

17:30 bis 18:30
Rückenfit

18:30 bis 20:00
Power Yoga

Donnerstag

10:00 bis 11:00
Rücken & Stretch

17:30 bis 18:00
Bauchkiller

18:00 bis 19:30
**Yoga Fokus:
Faszientraining**

19:30 bis 20:30
Box Fit

Freitag

17:30 bis 18:45
Langhanteltraining

18:45 bis 19:45
Spin Bike