MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
8.15 - 8.45 CardioForm **	8.15 - 9.10 FiT-Zirkel ***	8.15 - 8.45 Intervall/Form **	8.30 - 9.30 Smovey®Form **	8.15 - 9.30 Yoga *	9.00 - 10.00 Cardio/Körper Form **
8.45 - 9.15 KörperForm *	9.15 - 9.45 Pilates *	8.45 - 9.15 Pilates *	mit Kinderbetreung	9.30 - 10.00 Pilates *	
09.15 - 10.15 WirbelFit *	9.45 - 10.15 Vital *	9.20 - 10.30 Qi Gong *	9.30 - 10.30 MamiSports mit Baby *	10.00 - 11.00 WirbelFit *	
17.00 - 17.30 Smovey® **	17.30 - 18.50 Yoga *	17.00 - 17.55 WirbelFit *	17.15 - 17.45 Pilates *	17.30 - 18.00 Barre **	
17.30 - 18.00 Pilates *	19.00 - 19.55 WirbelFit *	18.00 - 19.00 CardioForm (Step) **	17.45 - 18.15 Vital *	18.00 - 18.30 Intervall/Form *	
18.00 - 18.30 Intervall/Carc **	20.00 - 20.30 CardioForm **	19.05 - 20.20 Yoga *	18.20 - 19.15 FiT-Zirkel ***	18.30 - 19.00 Vital **	
18.30 - 19.00 KörperForm *	20.30 - 21.00 Pilates *		19.20 - 20.15 WirbelFit *		
19.00 - 19.30 Step **					
19.30 - 20.30 FiT-Zirkel ***					

Anmeldung Telefon, WhatsApp oder SMS unter: Tel.: 0171-7183723 / Max. Trainingsdauer 120 min
Reservierte Termine müssen bei 10er-Karten Kunden 24 Std vorher abgesagt werden!
Ansonsten wird die Std. ab sofort berechnet.

G'sund

entspannend.....*
schweisstreibend **
fordernd.....***