

Kursplan 2012



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
		09.00 Uhr - 09.45 Uhr STEP FATBURNER	
		09.45 Uhr - 10.30 Uhr BODYFORMING	
		10.30 Uhr - 11.30 Uhr WELLNESS WORKOUT*	
			17.15 Uhr - 18.15 Uhr PILATES*
18.30 Uhr - 19.30 Uhr PILATES*	18.00 Uhr - 18.45 Uhr STEP INTERVALL		18.30 Uhr - 19.15 Uhr STEP AEROBIC
	18.45 Uhr - 19.30 Uhr BODYFORMING*		19.15 Uhr - 20.00 Uhr BOP-MIX*

* auch für Einsteiger sehr gut geeignet!

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag

07.30 Uhr - 21.00 Uhr

Freitag

07.30 Uhr - 19.30 Uhr

Samstag

10.00 Uhr - 14.00 Uhr