

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 10:00 Pilates Tanja	09:00 - 10:00 Fatburner Sarah	08:30 - 09:30 Gesunder Rücken Holger	08:15 - 09:00 Core in Motion Tanja	09:00 - 09:45 Faszien Fitness Karin	09:30 - 10:45 Yoga Karin/Isabella	09:30 - 10:30 Gesunder Rücken Gela/Caren
10:00 - 10:45 Easy Aerobic Tanja	10:00 - 10:45 Faszien Fitness Karin	10:15 - 11:15 Indoor Cycling Chris	09:00 - 10:00 Gesunder Rücken Tanja	10:00 - 11:15 Yoga Karin	10:45 - 11:45 Power Dumbell Micha	10:30 - 11:30 Indoor Cycling Peter/Roland
			10:00 - 10:30 Stretch Tanja		12:00 - 13:00 Gesunder Rücken Micha (ab Januar)	10:45 - 11:45 Functional Zirkel Tuffi
	16:45 - 17:30 REHA-Sport Holger		17:00 - 18:00 Fatburner Christine			
17:45 - 18:45 Gesunder Rücken Micha	17:45 - 18:15 Bauch „Spezial“ Gela		18:00 - 18:45 Step Up Caren	17:00 - 18:00 Body Workout Carina		
18:30 - 19:30 Indoor Cycling Jana	18:15 - 19:15 Cardio Blast Melly	17:45 - 19:00 Bodystyling Melly	18:45 - 19:30 Faszien Fitness Caren	18:00 - 19:00 Easy Step Carina		
18:45 - 19:45 Power Dumbell Micha	18:45 - 19:45 Indoor Cycling Roland (ab Januar)	18:30 - 19:30 Indoor Cycling Linda	18:45 - 19:45 Indoor Cycling Peter			
	19:15 - 20:30 Flow into Yoga Tanja	19:00 - 20:00 Gesunder Rücken Gela	19:30 - 20:30 Pilates Tanja			

Anmeldung zu den Kursen: Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine Anmeldung für die Kurse zu empfehlen!
Nur wer angemeldet ist, hat Anspruch auf Teilnahme des jeweiligen Kurses. Max. 2 aktive Buchungen möglich.
Anmeldung über die FITZ-App oder an der Theke!

Mindestteilnehmerzahl für die Kurse: 3 Personen

* Änderungen vorbehalten

