

# JEDER TAG EIN HIGHLIGHT

## UNSER KURSPLAN

### IM ÜBERBLICK

#### MONTAG

08:45 - 09:15  
**Bauch Aktiv**

09:15 - 10:05  
**Power Fit Yoga**

16:00 - 16:30  
**Rücken Aktiv**

18:00 - 18:50  
**Pilates**

19:15 - 20:10  
**Indoorcycling Intervall**

#### DIENSTAG

08:45 - 09:30  
**Slings®**

18:30 - 19:45  
**Power Fit Yoga**

#### MITTWOCH

08:45 - 09:30  
**Rück'n Roll + Faszien Fitness**  
09:30 - 09:50

10:15 - 11:00  
**Indoorcycling 1**

17:00 - 18:00  
**Power Fit Yoga**

18:45 - 19:30  
**HIITup®**

#### DONNERSTAG

08:45 - 09:30  
**Brainkinetik®**

09:45 - 10:45  
**Qi Gong**

16:00 - 16:30  
**Rücken Aktiv**

17:30 - 18:15  
**Slings®**

18:30 - 19:15  
**Fit&Funky®**

#### FREITAG

08:30 - 09:15  
**Pilates**

09:20 - 10:10  
**Slings®**

16:00 - 16:50  
**Functional Training®**

17:30 - 18:20  
**Indoorcycling 2**

Kurspause: Juli/August. Alternativprogramm wird im Studio angekündigt! Gültig: 10.09.2018 bis 30.06.2019!