

# KURSPLAN

GÜLTIG AB 06.06.2021

Bitte beachten: Organisationsbedingte Änderung der Kurse vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10:00-10:45 BAUCH, BEINE, PO (S)	09:00-10:00 YOGA (S)		10:00-10:30 BAUCH & RÜCKEN (S)	10:00-11:00 BODYWORKOUT (S)	09:30-10:25 LANGHANTELWORKOUT (S)	
17:30-18:30 CYCLE (C)	16:45-18:00 YOGILATES (S)	17:00-17:50 FASZIENTRAINING (S)				
	18:15-19:15 ZUMBA (D)	18:00-19:00 SYNERGY(D)	17:45-18:45 YOGA (S)			
18:45-19:35 RÜCKENFIT (S)	19:30-20:30 CYCLE (C)	18:00-18:45 CYCLE EINSTEIGER (C)	19:00-20:00 STRONG NATION (D)			
		19:00-20:00 CYCLE (C)			10:40-11:40 CYCLE (C)	
				17:45-18:45 YOGA (S)		

**(S) = Statischer Kurs maximal 12 Teilnehmer**

**(D) = Dynamischer Kurs maximal 12 Teilnehmer**

**(C) = Cycle Kurs maximal 16 Teilnehmer**

 ENTSPANNUNGSKURSE

 DANCE

 FUNCTIONALKURSE

 CARDIOKURSE

 KRÄFTIGUNGSKURSE

Immer informiert:



VIENNA Fitness Wolfenbüttel



vienna.fitness