



Groupfitness Programm

Sommer 2018
 Via Sportsnow App anmelden,
 die Mindestteilnehmerzahl be-
 trägt drei Teilnehmer!
 Eine Stunde vor Beginn wird
 bei weniger TN automatisch
 eine Nachricht versendet

Sommer 2018 ab 1. Mai

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:15 - 10:10	Fit im Alter	Star Pump	Zumba	Cardio-Toning	Power Yoga	
10:00 - 11:00						Yin Yoga
12:15 - 12:45						
17:30 - 18:00	M.A.X (17:30-17:55)		M.A.X (18:00-18:25)			
18:00 - 18:55	Star Pump	Fitboxe	core (18:30-18:55)	Star Pump	Fatburner (17:30-18:25)	
19:00 - 19:55	Bodyforming BBP	«S4» Out- door Circle *	Cycling	Rückenfit (Antara)		
20:00 - 20:55	Dance	Power Yoga	Pilates			

* erst ab 1. Juni
vorher Indoor