GROUP FITNESS

Motivierend, cool und effektiv!

BEST FITNESS®
SPASS // MOTIVATION
TRAININGSERFOLG
GESUNDHEITSZENTRUM

JETZT STARTEN!
Wir beraten Dich gerne!

Aktuelles Kursangebot:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
07:00		FUNCTIONAL HIIT & MOBILITY				
08:00	GESUNDER RÜCKEN		FUNCTIONAL HIIT & MOBILITY	JUMPING	FUNCTIONAL HIIT & MOBILITY	09:15 -10:45 YOGA Advanced
09:00		FLEXX CIRCLE		GESUNDER RÜCKEN	FLEXX CIRCLE	
17:00	PHYSIO-FIT	YOGA-Advance				
17:30				17:30 -18:30 YOGA-Starter	17:30 -18:30 FLEXX CIRCLE	
18:00	FUNCTIONAL HIIT & MOBILITY	JUMPING FIT	BAUCH, BEINE, PO			
18:30				BODYWORK		
19:00		FUN TONE				
19:30						
20:00		MOBILITY				

Kurzfristige Änderungen bzw. krankheitsbedingte Kursausfälle sind vorbehalten.
Für JUMPING-Einheiten bitten wir um Voranmeldung.

Wir freuen uns auf Dich!