

GRUPPEN FITNESS-PLAN

Motivierend und effektiv!

**BEST
FITNESS**[®]
SPASS // MOTIVATION
TRAININGSERFOLG
GESUNDHEITZENTRUM



**JETZT
STARTEN!**

Wir beraten Dich
gerne!



Kursangebot gültig ab 13.09.2021

Das Kursangebot wird bei entsprechender Nachfrage
wöchentlich erweitert.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
08:00	GESUNDER RÜCKEN Erika		GESUNDER RÜCKEN Nicole			
09:00	JUMP, JUMP, JUMP Erika	BAUCHKILLER Patrizia	09:00 Uhr YOGA Anna	09:00 Uhr STEP IT UP Elke	BAUCHKILLER Birgit	WEEKEND YOGA FLOW Victoria
09:30		BODY STYLING Patrizia		BAUCHKILLER Elke	09:30 Uhr FIT & VITAL Birgit	
10:30		ZUMBA Caro				

17:30	17:30 Uhr FUNCTIONAL TRAINING Elke	17:00 Uhr YOGALATES Elke	17:00 Uhr BODY STYLING Patrizia	17:30 Uhr FUNCTIONAL TRAINING Nicole	POWER YOGA Anna
18:00		18:00 Uhr FULL BODY WORKOUT Carolina	MOBILITY & FLEXIBILITY Patrizia		
18:30	MOBILITY & FLEXIBILITY Elke		YOGA Victoria	19:00 Uhr YOGA Victoria	

Kleines Regelwerk:

- Unbedingt sowohl am Check In als auch zum Kurs (Kursterminal beim Kursraum) einchecken!
- Bitte buche die Kurse vorab über unser Buchungssystem.
- Bitte nur reservieren, wenn Du wirklich Zeit hast.
- Storniere Deinen Kurs rechtzeitig, damit andere Teilnehmer nachrücken können.
- Bitte sei spätestens 5 min vor Beginn der Einheit anwesend, ansonsten verfällt Deine Buchung.

Kurzfristige Änderungen bzw. krankheitsbedingte Kursausfälle sind vorbehalten. Bitte um Voranmeldung über unser Buchungssystem. Vielen Dank und viel Spaß!

Wir freuen uns auf Dich!