

GRUPPEN FITNESS-PLAN

Motivierend und effektiv!



**JETZT
STARTEN!**

Wir beraten Dich
gerne!



Kursangebot gültig ab 14.11.2022

Das Kursangebot wird bei entsprechender Nachfrage erweitert.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00	GESUNDER RÜCKEN Erika		RÜCKEN - FIT FUNKTIONELL Nicole				
09:00	JUMP, JUMP, JUMP Erika	BAUCHKILLER Patrizia		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					
	* Betreutes Funktionelles Training“ für Kinder und Jugendliche von 8-15 Jahre. Ab 29.11.22						
17:30	17:30 Uhr BODY STYLING Elke	17:00 Uhr BFT* Juniors Celina	17:30 Uhr FUN TONE PIA ab 2.11.2022	17:00 Uhr BFT* Juniors Celina		16:30 Uhr YOGA Anna	
18:00		18:00 Uhr BFT* Adults Martin / Nicole		18:00 Uhr BFT* Adults Martin / Nicole			
18:30	MOBILITY & FLEXIBILITY Elke		18:30 Uhr YOGA Victoria				

*** Betreutes Funktionelles Training“** ...ideal zur Vorbereitung für den **Grazathlon 2023** geeignet. Mach in unserem Team mit! Vergünstigter Starttarif, kostenloses Leibchen, Coaching, uvm. **Termin: 17.06.2023 | 14:00 Uhr** - Infos an der Rezeption.

Kleines Regelwerk:

- Bitte **KUNDENAPP** runterladen, um keine **News** oder **Änderungen** zu verpassen.
- Unbedingt sowohl am Check In als auch zum Kurs (Kursterminal beim Kursraum) einchecken!
- Bitte buche die Kurse vorab über über das **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 und werden über unsere **BEST FITNESS - Kundenapp** kundgemacht. Viel Spass!

Wir freuen uns auf Dich!