

LES MILLS KURSPLAN

gültig ab 05.02.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
tone 09:00 Uhr		BODYPUMP 45' 9:00 Uhr		BODYPUMP 9:00 Uhr	tone 09:00 Uhr	
		BODYBALANCE 45' 10:00 Uhr		BODYBALANCE 30' 10:15 Uhr	LMI STEP 45' 10:00 Uhr	RPM / CYCLING 09:45 Uhr
		GRIT 16:45 Uhr			BODYPUMP 11:00 Uhr	BODYBALANCE 10:40 Uhr
BODYPUMP 16:45 Uhr	BODYBALANCE 45' 16:30 Uhr	CORE 17:20 Uhr	CORE 45' 17:00 Uhr	BODYPUMP 16:30 Uhr		
GRIT 17:55 Uhr	tone 17:25 Uhr	DANCE 45' 18:00 Uhr	LMI STEP 17:55 Uhr	BODYBALANCE 17:40 Uhr		
BODYCOMBAT 18:35 Uhr	BODYPUMP 18:20 Uhr	BODYJAM 45' 18:55 Uhr	BODYPUMP 19:05 Uhr	GRIT 18:45 Uhr		
RPM / CYCLING 19:45 Uhr	BODYATTACK 19:30 Uhr	RPM / CYCLING 19:50 Uhr	BODYCOMBAT 45' 20:15 Uhr			

**clever
fit**