

KURSPLAN

- Trainer im Kursraum
- Functional Area
- Virtuell im Kursraum

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
9:00 LES MILLS BODYPUMP 30 Min	7:00 LES MILLS BODYCOMBAT 30 Min	7:00 LES MILLS BODYPUMP 30 Min				
9:30 LES MILLS BODYBALANCE 30 Min	7:30 LES MILLS BODYBALANCE 30 Min	7:30 LES MILLS CORE 30 Min	9:00 WIRBELSÄULENGYM 60 Min	9:00 YOGA 60 Min	10:00 LES MILLS BODYPUMP 60 Min	10:00 INDOOR CYCLING 60 Min
13:00 LES MILLS BODYCOMBAT 30 Min	12:00 LES MILLS BODYPUMP 30 Min	13:00 LES MILLS SH'BAM 45 Min	12:00 LES MILLS BODYPUMP 60 Min	13:00 LES MILLS BODYPUMP 30 Min	11:00 LES MILLS BODYCOMBAT 30 Min	11:15 <i>Special</i> 60 Min
13:30 LES MILLS BODYBALANCE 30 Min	12:30 LES MILLS CORE 30 Min	13:45 LES MILLS CORE 30 Min	13:00 LES MILLS BODYBALANCE 60 Min	13:30 LES MILLS CORE 30 Min	11:30 LES MILLS BODYBALANCE 30 Min	
17:00 LES MILLS SH'BAM 45 Min		17:00 WIRBELSÄULENGYM 45 Min				
17:00 HIIT 45 Min	17:30 YOGA 60 Min	17:00 HIIT 45 Min	17:30 YOGA 60 Min	17:00 HIIT 45 Min	17:00 LES MILLS SH'BAM 45 Min	
18:00 LES MILLS BODYPUMP 60 Min	18:30 Jump'ng 60 Min	18:00 LES MILLS BODYPUMP 45 Min	18:30 Jump'ng 60 Min	18:00 <i>Special</i> 60 Min		18:00 LES MILLS BODYPUMP 30 Min
17:00 LES MILLS BODYCOMBAT 30 Min	19:30 BBP 30 Min	19:00 LES MILLS BODYCOMBAT 30 Min				18:30 LES MILLS CORE 30 Min
19:30 INDOOR CYCLING 60 Min	20:00 LES MILLS BODYPUMP 60 Min	19:30 LES MILLS BODYBALANCE 60 Min	19:45 INDOOR CYCLING 60 Min			

*Kursplan kann an Feiertagen variieren
*Kursplan gültig ab dem 14.10.2024