



# DEIN GROUP FITNESS



# KURSPLAN

ERSTE HÄLFTE

ZWEITE HÄLFTE

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
ERSTE HÄLFTE	<b>LES MILLS TONE</b> 09.00 – 10.00  <b>BodyBALANCE</b> 10.00 – 11.00	<b>Bodyshape</b> 09.00 – 10.00  <b>Rehasport</b> 10.00 – 10.45	<b>BodyPUMP</b> 09.00 – 10.00	<b>Jumping</b> 09.00 – 10.00  <b>Rehasport</b> 10.00 – 10.45	<b>Bodyshape</b> 09.00 – 10.00	<b>Zumba</b> 11.00 – 12.00  <b>Functional Tower</b> 11.00 – 11.45  <b>Jumping</b> 12.00 – 13.00	<b>BodyPUMP</b> 09.45 – 10.45  <b>Jumping</b> 11.00 – 12.00  <b>Yoga</b> 12.00 – 13.00
ZWEITE HÄLFTE	<b>ZUMBA</b> 17.30 – 18.30  <b>Energy+</b> 18.00 – 18.35  <b>BodyATTACK</b> 18.30 – 19.30  <b>BodyPUMP</b> 19.30 – 20.30	<b>Bodyshape</b> 17.30 – 18.30  <b>Pilates</b> 18.30 – 19.30  <b>Energy+</b> 19.00 – 19.35  <b>Jumping</b> 19.30 – 20.30	<b>BodyBALANCE</b> 17.30 – 18.30  <b>Bodyshape</b> 18.30 – 19.30  <b>GRIT</b> 18.30 – 19.00  <b>Functional Tower</b> 19.00 – 19.45  <b>Step Aerobic</b> 19.30 – 20.30	<b>BodyATTACK</b> 17.30 – 18.30  <b>BodyPUMP</b> 18.30 – 19.30  <b>GRIT</b> 18.15 – 18.45  <b>Functional Tower</b> 19.00 – 19.45  <b>BodyBALANCE</b> 19.30 – 20.30	<b>Functional Tower</b> 17.00 – 17.45  <b>Yoga</b> 18.00 – 19.00		



DEIN SOMMER-KURSPROGRAMM AB JUNI 2019 – MIT 6 LES MILLS-FORMATEN DAS VIELSEITIGSTE ANGEBOT IM MÜNSTERLAND – **JETZT UNVERBINDLICH TESTEN!**