

KURSPLAN HERBST/WINTER^{17/18}

GÜLTIG AB 23.10.2017

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG	
KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2	KURS RAUM 1	KURS RAUM 2
09.15 - 11.15 LES MILLS CX WORX ⁽³⁰⁾ + POWERYOGA ⁽⁹⁰⁾		09.15 - 10.15 BAUCH- BEINE-PO		09.15 - 10.00 RÜCKEN- FITNESS	10.15 - 11.00 FIT & VITAL	09.15 - 10.45 CX WORX ⁽³⁰⁾ + BODY- PUMP ⁽⁶⁰⁾		09.30 - 10.30 PILATES		10.00 - 11.00 PILATES		09.30 - 10.30 RÜCKEN- FITNESS	09.30 - 10.30 INDOOR CYCLING
11.15 - 12.15 RÜCKEN- FITNESS		10.15 - 10.45 LM BODY BALANCE EXPRESS		10.00 - 11.30 POWER YOGA	11.15 - 12.15 INDOOR CYCLING			10.30 - 11.30 RÜCKEN- FITNESS	11.00 - 12.00 INDOOR CYCLING	11.00 - 12.00 LES MILLS LMI STEP		10.40 - 11.40 LES MILLS BODYPUMP	10.40 - 11.40 BAUCH- BEINE-PO
										12.05 - 12.35 LES MILLS CX WORX		11.40 - 12.10 LES MILLS GRIT CARDIO	
										12.40 - 13.40 LES MILLS BODYPUMP			
17.00 - 18.00 YOGA	17.30 - 18.00 LES MILLS CX WORX	17.30 - 18.30 LES MILLS BODYPUMP	17.30 - 18.30 INDOOR CYCLING		17.00 - 18.00 BAUCH- BEINE-PO	17.30 - 19.00 LES MILLS BODYPUMP ⁽⁶⁰⁾ + CX WORX ⁽³⁰⁾	18.00 - 19.00 ZUMBA FITNESS		17.15 - 18.15 INDOOR CYCLING	13.45 - 14.45 LES MILLS BODYATTACK		15.30 - 16.00 BODYJAM SCHOOL ★	
18.05 - 19.05 LES MILLS BODYPUMP	18.00 - 19.00 LES MILLS LMI STEP ATHLETIC	18.30 - 19.30 LES MILLS BODYATTACK	18.35 - 19.35 LES MILLS BODYVIVE	17.30 - 19.00 LES MILLS CX WORX ⁽³⁰⁾ + BODYPUMP ⁽⁶⁰⁾	18.00 - 19.00 RÜCKEN- FITNESS	19.05 - 20.05 LES MILLS BODY COMBAT	19.00 - 19.30 LES MILLS BODYATTACK EXPRESS	18.15 - 19.15 RÜCKEN- FITNESS				16.00 - 17.00 LES MILLS BODYJAM	16.15 - 17.00 BODY COMBAT SCHOOL ★
19.10 - 20.10 LES MILLS BODY COMBAT			19.35 - 20.35 LES MILLS BODY BALANCE	19.10 - 20.10 DEEPWORK	19.00 - 20.00 LES MILLS BODYJAM		19.30 - 20.00 LES MILLS GRIT PLYO	19.15 - 20.15 LES MILLS BODYPUMP				17.00 - 18.00 LES MILLS BODY COMBAT	17.30 - 18.00 BODYPUMP SCHOOL ★
20.15 - 21.45 BOX FITNESS				20.15 - 21.45 YOGA			20.10 - 21.10 INDOOR CYCLING					18.00 - 19.00 LES MILLS BODYPUMP	
★ BODYPUMP SCHOOL	29.10.2017 19.11.2017 03.12.2017 14.01.2018	04.02.2018 18.02.2018 11.03.2018 08.04.2018	29.04.2018 27.05.2018	★ BODYJAM SCHOOL	29.10.2017 19.11.2017 03.12.2017 14.01.2018	21.01.2018 28.01.2018 18.02.2018 11.03.2018	01.04.2018 08.04.2018 29.04.2018 27.05.2018	★ BODYCOMBAT SCHOOL	19.11.2017 03.12.2017 14.01.2018 04.02.2018	18.02.2018 11.03.2018 08.04.2018 29.04.2018	27.05.2018		