

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

Kursraum  
K109:00 - 10:00  
Pilates/Rücken08:45 - 09:45  
Yoga für den Rücken8:30 - 9:30  
Team Rowing\*09:15 - 10:15  
Team Rowing\*10:15 - 11:15  
Zumba10:00 - 11:00  
Yoga für den Rücken10:15 - 11:15  
Rückenkurs09:45 - 10:45  
Bodystyling09:00 - 10:30  
Yoga09:15 - 10:45  
Fitboxen10:30 - 11:45  
Total Bodyflow - Yoga11:00 - 12:00  
Zumba Gold18:00 - 18:30  
Bauchtraining mit Uli17:30 - 18:30  
Rücken/Faszien18:30 - 19:30  
Bodyweight & Flex mit Uli18:00 - 19:00  
Yoga für den Rücken18:30 - 20:00  
Yoga19:00 - 20:30  
Fitboxen19:45 - 20:45  
Yin YogaKursraum  
K218:00 - 18:45  
Funktionelles Training\*18:00 - 18:45  
Funktionelles Training\*18:00 - 18:45  
Funktionelles Training\*11:00 - 11:45  
Funktionelles Training\*11:00 - 11:45  
Funktionelles Training\*Kursraum  
K317:30 - 18:30  
Cycling\*18:30 - 20:00  
Cycling\*09:00 - 10:00  
Cycling\*18:00 - 19:00  
Cycling\*19:15 - 20:15  
Cycling\*18:00 - 19:00  
Cycling\*Trainings-  
fläche11:00 - 11:45  
Kraftausdauerzirkel\*09:00 - 09:45  
Kraftausdauerzirkel\*18:00 - 18:45  
Kraftausdauerzirkel\*

\* nur mit Voranmeldung

Fitness Complete GmbH

Ringstraße 96

91126 Rednitzhembach

Tel: 09122 / 63123

www.fitness-complete.de

info@fitness-complete.de

 Coach By Color