	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Kursraum K1	09:00 - 10:00 Pilates/Rücken	08:45 - 09:45 Yoga für den Rücken		8:30 - 9:30 Team Rowing*			09:15 - 10:15 Team Rowing*	* nur mit Voranmeldung
	10:15 - 11:15 Zumba	10:00 - 11:00 Yoga für den Rücken	10:15 - 11:15 Rückenkurs	09:45 - 10:45 Bodystyling	09:00 - 10:30 Yoga	09:15 - 10:45 Fitboxen	10:30 - 11:45 Total Bodyflow - Yoga	
				11:00 - 12:00 Zumba Gold				
			18:00 - 18:30 Bauchtraining mit Uli					
		17:30 - 18:30 Rücken/Faszien	18:30 - 19:30 Bodyweight & Flex mit Uli	18:00 - 19:00 Yoga für den Rücken				
	18:30 - 20:00 Yoga	19:00 - 20:30 Fitboxen	19:45 - 20:45 Yin Yoga					
Kursraum K2	18:00 - 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 K3					09:00 - 10:00 Cycling*		10:00 - 11:00 Cycling*	
	17:30 - 19:00 Cycling*	18:00 - 19:00 Cycling*				18:00 - 19:00 Cycling*		
		19:15 - 20:15 Cycling*		19:00 - 20:00 Cycling*	18:00 - 19:00 Cycling*			
Trainings-fläche		11:00 - 11:45 Kraftausdauerzirkel*	09:00 - 09:45 Kraftausdauerzirkel*					
	18:00 - 18:45 Kraftausdauerzirkel*							

Fitness Complete GmbH
Ringstraße 96
91126 Rednitzhembach

Tel: 09122 / 63123
www.fitness-complete.de
info@fitness-complete.de

Coach By Color