

KURSPLAN

GÜLTIG AB 25. JUNI

Bitte beachten: Organisationsbedingte Änderung der Kurse vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16:45- 18:00 Bodypump (S) Kursraum	17:00- 18:00 Mobility (S) Kursraum	16:45- 18:00 Bodypump (S) Kursraum	17:00- 18:00 Starker Rücken (S) Kursraum	17:00- 18:00 Sixpack (S) Kursraum		
18:15-19:00 GRIT (D) Kursraum	18:00- 19:00 Starker Rücken (S) Kursraum	18:15- 19:00 Tabata (D) Kursraum	18:00-19:00 GRIT (D) Kursraum	18:00- 19:00 BODYBALANCE (S) Kursraum		

(S) = Statischer Kurs maximal 13 Teilnehmer
(D) = Dynamischer Kurs maximal 10 Teilnehmer

ENTSPANNUNGSKURSE
 SPECIAL

CARDIOKURSE
 KRÄFTIGUNGSKURSE

Immer informiert:

 VIENNA Fitness Wolfsburg

 vienna.fitness