

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

09:30 - 10:30
Fit in Form

A

08:45 - 09:45
Gesunder Alltag

A

09:00 - 10:00
Yoga

A

09:00 - 10:00
Gesunder Alltag

A

10:00 - 10:45
Step

A

10:30 - 11:00
Bauch intensiv

*

A

09:45 - 10:45
Pilates

A

10:00 - 10:45
Rückenfit

A

10:45 - 11:30
Bodytoning

A

* Jeden 1. Dienstag
im Monat
Spinning

10:45 - 11:15
Body & Mind

A

10:45 - 11:30
Fatburner

A



Die Zeiten betreutes Gruppentraining im

Rückenfitness-Zentrum
by Dr. WOLFF

bitte dem aktuellen Aushang entnehmen.

17:00 - 18:00
Pilates

A

17:15 - 18:00
Rückenfit

A

17:00 - 17:55
Zumba

A

17:15 - 18:00
Rückenfit

A

17:30 - 18:30
Intensive Yoga

A

Sonntag

18:00 - 18:25
Flexi - Power

A

18:00 - 19:00
BBP

A

18:00 - 19:25
BodyArt

A

18:00 - 19:00
Step

M

19:15 - 20:30
Taekwon Do

A

10:30 - 11:30
All in one

A

18:30 - 19:25
Rückenfit

A

19:00 - 20:00
Power Dumbbell

A

19:30 - 20:25
Easy Spinning

A

19:00 - 19:45
BBP

A

11:30 - 12:30
Spinning

A

19:30 - 20:25
Spinning

M/F

20:00 - 21:00
Tae Bo

A

20:15 - 21:15
Taekwon Do

A

20:00 - 21:00
Tae Bo

A

KP_20120427.xls