


## Fit7Fitness Kursprogramm 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 1	Kursraum 1
	09.30-10.30 Bodystyling	09.30-10.30 Yoga	09.30-10.30 Bodystyling			
	10.30-11.30 WSG	10.30-11.30 WSG	10.30-11.30 WSG		10.00-11.30 Yoga	11.00-12.00
					11.30-12.30 Step'n Tone	Fatburner
					12.30-13.30 Langhantel	12.00-13.00 Bodystyling
		17.00-18.00 Fit Mix			13.30-15.00 Cycling*	
	17.30-18.30 Langhantel	18.00-19.00 Step	18.00-19.00 deepWork	 <p>Fit7Fitness Kurskoordination: Thorsten Martin</p>		
19.00-20.00 Bodystyling	18.30-19.30 Bodystyling	19.00-20.00 Cycling	19.00-20.00 Fit Mix			
20.00-21.30 Yoga						

Fit7Fitness: 0228 - 4330666

gültig ab: 09.04.2018

Auskunft über die aktuellen Kurse erhaltet ihr an der Rezeption.

\* Cycling ab Mai 60min