


Fit7Fitness Kursprogramm 2018 - Sommer

| 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 | | 10.00-11.00 Cycling | 11.00-12.30 Fitmix |
| | | | | | 11.30-12.30 Step'n Tone | |
| | | 17.00-18.00 Bodystyling | | 19.00-20.00 Bodystyling * | | |
| | 18.30-19.30 Bodystyling | 18.00-19.00 Step | 18.00-19.00 deepWork * |  | | |
| 19.00-20.00 Bodystyling | | 19.00-20.00 Cycling | 19.00-20.00 Fitmix | | | |
| 20.00-21.30 Yoga | | | | | | |
| <small>Fit7Fitness Kurskoordination: Thorsten Martin</small> | | | | | | |

Fit7Fitness: 0228 - 4330666

gültig ab: 14.07.2018

Auskunft über die aktuellen Kurse erhaltet ihr an der Rezeption.

** auf diese Kurse kannst du dich im Herbstplan freuen, geplanter Start ab 01.10.2018*