

## Lektionenplan BleicheFit DEZEMBER 2020

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag
Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Fit	Bleiche Fit
9.00-9.50 Uhr	9.00-10.00 Uhr	9.00-9.50 Uhr	9.00-9.30 Uhr	9.00-10.30 Uhr	9.00-10.00 Uhr		9.00-10.00	8.50-10.00	
<b>Fun Tone</b> Moni	<b>Yoga</b> Andrea 10.15-11.15 Uhr	<b>Zumba</b> Kary 10.00-11.00 Uhr	<b>Faszientraining</b> Rahel 9.40-10.30 Uhr	<b>Yoga</b> Sandra	<b>Bodytoning</b> Moni 10.00-10.50 Uhr		<b>Pump</b> Maria 10.00-10.50 Uhr	<b>Pump</b> Team 10.00-11.00 Uhr	
	12.15-13.15 Uhr		<b>Yoga</b> Andrea		<b>Rücken Fit</b> Rahel		<b>Zumba</b> Kary 12.00-12.50 Uhr	<b>M.A.X. / Bauch</b> Maria	<b>Spinning</b> Team
<b>Pump</b> Maria					<b>Spinning</b> Reto				
18.45-19.25 Uhr	18.30-19.30 Uhr	18.30-20.00 Uhr	19.00-19.20 Uhr		18.30-19.30	18.30-19.30			
<b>M.A.X. / Bauch</b> Maria 19.30-20.30 Uhr	<b>Yoga</b> Sabrina 19.45-20.45 Uhr	<b>Spinning</b> Reto	<b>Bauch Training</b> Maria 19.30-20.30 Uhr		<b>Spinning</b> Reto	<b>Yoga</b> Sandra 19.45-20.45 Uhr			
<b>Pump</b> Roxxy	<b>Yoga</b> Sabrina		<b>Pump</b> Maria			<b>Yoga</b> Sandra			

**Deiner Gesundheit zuliebe - erscheine pünktlich zur Lektion - benutze saubere Turnschuhe und ein Handtuch - trinke ausreichend**

Weihnachten: Do. 24., Fr. 25. und Sa. 26 KEINE GROUPFIT LEKTIONEN

Silvester: Do. 31., Fr. 01., und Sa. 02 KEINE GROUPFIT LEKTIONEN