

Lektionenplan Bleiche Mai 2022

Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag
Bleiche Fit 9.00-9.50 Uhr	Bleiche Bad 9.00-9.50 Uhr	Bleiche Fit 9.00-9.50 Uhr	Bleiche Fit 9.00-9.30 Uhr	Bleiche Bad	Bleiche Fit 8.50-9.50 Uhr	Bleiche Bad	Bleiche Fit 9.00-10.00 Uhr	Bleiche Fit 9.00-9.50 Uhr
Fun Tone Moni 10.00-11.00 Uhr	Pilates Flow Maria	Zumba Kary 10.00-10.20 Uhr	Faszientraining Rahel 9.40-10.30 Uhr		Bodytoning Moni 10.00-10.50 Uhr		Pump Maria	Pilates Flow Maria
Schwangerschaft-Yoga Hannah		Rumpf Training Maria 10.30-11.00 Uhr	Rücken Fit Rahel		Zumba Kary			
		Spinning HIIT Maria			Spinning Reto 12.00-12.50 Uhr			
18.45-19.20 Uhr M.A.X./ HIIT /	18.30-19.30 Uhr		19.00-20.00 Uhr		19.15-20.15 Uhr			
CIRCLE TRAINING Maria 19.30-20.30 Uhr	Yoga Sabrina 19.45-20.45 Uhr		Pump Maria		Piloxing Maria			
Pump Team	Yoga Sabrina							

Donnerstag 26. Mai, Auffahrt & Freitag 27. Mai, Tag nach Auffahrt keine Group Fitness Lektionen

NEU * Montag 16. & Montag 30. Mai*

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