

# Lektionenplan Bleiche Mai 2023

Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag
<b>Bleiche Fit</b> 9.00-10.00 Uhr	<b>Bleiche Bad</b> 9.00-9.50 Uhr	<b>Bleiche Fit</b> 9.00-9.50 Uhr	<b>Bleiche Fit</b> 9.00-9.30 Uhr	<b>Bleiche Bad</b>	<b>Bleiche Fit</b> 8.50-9.50 Uhr	<b>Bleiche Bad</b>	<b>Bleiche Fit</b> 9.00-10.00 Uhr	<b>Bleiche Fit</b> 9.00-9.50 Uhr
<b>Fun Tone</b> Moni	<b>Pilates Flow</b> Maria	<b>Zumba</b> Kary 10.00-10.20 Uhr	<b>Faszientraining</b> Rahel 9.40-10.30 Uhr		<b>Bodytoning</b> Moni 10.00-10.50 Uhr	10.00-11.00 Uhr	<b>Pump</b> Maria	<b>Pilates Flow</b> Maria
		<b>Rumpf Training</b> Maria 10.30-11.00 Uhr	<b>Rücken Fit</b> Rahel		<b>Zumba</b> Kary	<b>Yoga</b> Atmen & Meditation Nina		
12.00-12.30 Uhr					12.00-12.50 Uhr			
<b>Pump it</b> Maria					<b>Spinning</b> Reto			
12.35-12.55 Uhr								
<b>Büro-Pilates</b> Maria								
18.45-19.20 Uhr								
M.A.X./HIIT/ CIRCLE TRAINING Maria	18.30-19.30 Uhr <b>Yoga</b> Sabrina							
19.30-20.30 Uhr	19.45-20.45 Uhr		19.00-20.00 Uhr		<b>Neue Zeit</b> 19.00-20.00 Uhr		19.00-20.00 Uhr	
<b>Pump</b> Roxy	<b>Yoga</b> Sabrina		<b>Pump</b> Maria		<b>Piloxing</b> Maria		<b>Zumba</b> Kary	

Montag, 01. Mai , Donnerstag, 19. Mai (Auffahrt), Freitag, 20. Mai (Tag nach Auffahrt) & Montag 29. Mai (Pfungstmontag) Keine Group Fitness Lektionen

Zum LEKTIONEN BUCHEN: Lade die SportsNow App im App Store und melde dich bei SportsNow mit deinem Login an.