

Lektionenplan Bleiche Mai 2024

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag
Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Bad	Bleiche Fit	Bleiche Fit
09.00-09.50 Uhr		09.00-09.50 Uhr		09.00-9.30 Uhr		08.50-09.50 Uhr	09.00-10.00 Uhr	09.00-10.00 Uhr	09.00-09.50 Uhr
Functional Toning Nadja		Zumba Kary	09.30-10.45 Uhr Rückbildungskurs Nina	Faszientraining Rahel		Bodytoning Moni	Yoga Atmen & Meditation Nina	Pump Maria	Pilates Flow Maria
10.00-10.50 Uhr		10.00-10.20 Uhr		09.40-10.30 Uhr		10.00-10.50 Uhr			10.10-11.10 Uhr
Pilates Flow Maria		Rumpfmuskulatur Training Maria		Rücken Fit Rahel		Zumba Kary			Spinning Team
		10.30-11.00 Uhr							
		Spinning HIIT Maria							
	18.30-19.30 Uhr								
18.45-19.45 Uhr	Yoga Sabrina								
Pump it HIIT & Core Team	Pause			19.00-20.00 Uhr		Neue Zeit 19.00-20.00 Uhr			
	19.45-20.45 Uhr			Pump Roxy		Piloxing Maria		19.00-20.00 Uhr	
	Yoga Sabrina							Zumba Kary	

Mittwoch, 01. Mai (Tag der Arbeit), Donnerstag 09. Mai (Auffahrt), Freitag 10. Mai (Tag nach Auffahrt), Samstag 11. Mai & 20. Mai (Pfingstmontag) Keine Group Lektionen

Mittwoch, 15. & Donnerstag, 16. Mai Fitness ist geschlossen wegen Unterhaltsarbeit!!

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