














KURSPLAN

Raum 1

KURSZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
9.15 UHR	Bodyworkout 60 min.	Rückenft 60 min. 	Pilates 60 min.	BodyPump 60 min.	Bodyworkout 60 min.	SPECIAL SONNTAG
10.15 UHR	Zumba 60 min. 	Yoga 60 min.	Intervall Training 60 min. 	Bauch intensiv 30 min. 	Bauch + Rücken 30 min. 	
10.45 UHR				Yoga 70 min.		
15.00 UHR					Pilates 60 min. 	
16.00 UHR	BodyBalance 60 min.	Yoga 60 min. 	Step Basic 60 min. 		Zumba 60 min.	
17.00 UHR	Rückenft 60 min.	Bodyworkout 60 min.	Zumba Gold 60 min.	BodyAttack 60 min. 	Bodypump 60 min.	
18.00 UHR	Step Basic 60 min.	BodyAttack 60 min.	Rückenft 60 min.	BodyPump 60 min.		
19.00 UHR	Bauch Intensiv 30 min. 	BodyPump 60 min.	BodyCombat 60 min.			
19.15 UHR				BodyBalance 60 min.		
19.30 UHR	Bodyworkout 60 min.					
20.00 UHR		Pilates 20:15 Uhr 60 min. 	Yoga 60 min. 			

*BITTE PÜNKTLICH ERSCHEINEN! 5 MIN. NACH BEGINN KEIN EINLASS. TEILNAHME AUF EIGENES RISIKO, VERLETZUNGSGEFAHR. GÜLTIG AB 01.01.2016. ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN.

 = NUR FÜR MITGLIEDER VON BODYSIDE LADIES. MITGLIEDER MIT EINER HEALTHCITY MITGLIEDSCHAFT KÖNNEN AN DIESEN KURSEN NICHT TEILNEHMEN.

ÖFFNUNGSZEITEN

MONTAG BIS FREITAG 8.00 UHR BIS 22.00 UHR
SAMSTAG UND SONNTAG 10.00 UHR BIS 18.00 UHR

**OFFIZIELLER
LesMills
PARTNER**

KURSPLAN

Raum 2

KURSZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
10.30 UHR	Cycle 60 min. 					SPECIAL SONNTAG
15.00 UHR						
17.00 UHR						
18.00 UHR	Cycle 60 min					
18.30 UHR						
19.00 UHR			Cycle 60 min.	Cycle 60 min. 		
20.00 UHR						

*BITTE PÜNKTLICH ERSCHEINEN! 5 MIN. NACH BEGINN KEIN EINLASS. TEILNAHME AUF EIGENES RISIKO, VERLETZUNGSGEFAHR. GÜLTIG AB 01.01.2016. ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN.

 = NUR FÜR MITGLIEDER VON BODYSIDE LADIES. MITGLIEDER MIT EINER HEALTHCITY MITGLIEDSCHAFT KÖNNEN AN DIESEN KURSEN NICHT TEILNEHMEN.



ÖFFNUNGSZEITEN

MONTAG BIS FREITAG 8.00 UHR BIS 22.00 UHR
SAMSTAG UND SONNTAG 10.00 UHR BIS 18.00 UHR