




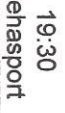


Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2
08:30 Reha- sport 											
09:30 B.B.P.	10:00 ExciöZirkel Trainingsfläche	10:15 Beckenboden- training		09:30 TRX		10:30 Rehasport 		09:00 Rücken Fit	10:00 ExciöZirkel Trainingsfläche	ab 09.09.17 11:00 YOGA	
10:30 Rehasport 				10:00 Faszien- training		11:30 Rehasport 		10:00 Mama-Workout Fitness		11:00 YOGA Anfängerglück	
								11:00 Mama-Workout Rückbildung			
17:30 TRX-Core		17:30 Abs of Steel				17:30 M.A.X.		17:30 YOGA			
18:00 Functional Body-Shape	18:30 Power-Race Indoor Cycling	18:00 Faszien- training		18:30 B.B.P.		18:00 Step	18:00 Indoor Cycling für Einsteiger				
19:00 Rückenfit		19:30 Zumba		18:30 Rehasport 		19:00 Lift and Pump		19:00 ZUMBA	19:00 Weekend- Cycling	11:00 YOGA	ab Mitte Okt Fitness- Cycling
20:00 TRX-Core				19:30 Rehasport 							

Bitte auch unsere Aushänge und Infos auf Facebook und unserer web-Site [www.studiofuerrfitness.com](http://www.studiofuerrfitness.com) beachten!

Die Kurse finden nur bei einer Mindestteilnahme von 3 Personen statt.

Aus Hygienegründen bitte immer ein Handtuch mitbringen!

TRINKEN! Nur bei einem ausgeglicheneren Flüssigkeitspegel ist eine 100%ige Leistung möglich!