



Groupfitness rund um den 8. Dezember

Donnerstag, 7. Dezember

- 08:30 Creative Step
- 09:30 Rückenfit
- 09:30 Pilates Control
- 17:00 Synrgy
- 17:30 Power Bauch Bein Po
- 18:30 Spinning
- 18:30 Bodywork
- 19:30 Synrgy
- 19:30 Just Dance
- 19:45 Bodyfit mit Hans Enn

Samstag, 9. Dezember

Es entfällt:

- 18:00 Functional Workout
- Restliche Stunden lt. Stundenplan

Wegen unserer internen Weihnachtsfeier, schließt das Studio bereits um 19 Uhr.

Freitag, 8. Dezember (Feiertag)

- 09:00 Bodywork
- 09:00 Synrgy
- 09:30 Faszientraining
- 15:30 Bauch Bein Po int.
- 16:30 Power Step
- 17:30 Synrgy L
- 18:30 Cross Training

Sonntag, 10. Dezember

Änderungen:

- 17:00 Fatburning (statt Latin Moves)
- 18:00 Bodywork (statt Pure Workout)

Restliche Stunden lt. Stundenplan