

GÜLTIG AB 25.07.2011

medi-GYM

FITNESS & HEALTHCLUB

SOMMERKURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
	08:30 - 09:30 FATBURNER WALKING*					
09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*	09:00 - 09:45 AQUA-FIT*
10:00 - 11:00 PILATES	10:00 - 11:00 BODYSTYLING	10:00 - 11:00 RÜCKEN-FIT	10:00 - 11:00 FATBURNER (MIT KLEINGERÄTEN)	10:00 - 11:00 PILATES	10:00 - 11:00 YOGA	09:30 - 10:30 CYCLING*
		11:00 - 12:00 B O P	11:00 - 12:00 RÜCKEN-FIT		11:00 - 12:00 BODYSTYLING	10:30 - 11:30 BODY POWER
		18:00 - 19:00 SOMMERSPECIAL	17:00 - 17:45 STEP AEROBIC			11:30 - 12:15 RÜCKEN & BAUCH WORKOUT
17:30 - 18:30 BODYSTYLING	19:00 - 20:00 RÜCKEN & BAUCH WORKOUT	19:00 - 20:00 PILATES	17:45 - 18:30 BODYSTYLING	18:00 - 19:00 ZUMBA		12:15 - 13:15 ZUMBA
18:30 - 19:30 RÜCKEN-FIT	20:00 - 21:30 YOGA	20:00 - 21:00 TAE BO	18:30 - 19:30 BODY POWER	19:00 - 19:30 ZUMBA COOL DOWN		13:15 - 14:00 ZUMBA FITNESS
19:30 - 20:30 ZUMBA		19:30 - 20:30 FATBURNER WALKING*	20:30 - 21:30 CYCLING*			
20:30 - 21:00 ZUMBA COOL DOWN						

* = VORAB BITTE ANMELDEN / AQUA-FIT KURSE IN BADEBEKLEIDUNG

 = OUTDOORKURS

DEMNÄCHST BEI UNS AUCH
"FATBURNER-POWER-WALKING"
BEI INTERESSE BITTE BEI UNS MELDEN!



JEDE WOCHE EIN SOMMERHIGHLIGHT!
LASSEN SIE SICH ÜBERRASCHEN!
TERMINE AN UNSERER PINWAND.

ÖFFNUNGSZEITEN:

MO-SA.: 09:00 - 22:00 UHR

SO: 09:00 - 19:00 UHR

TEL. 02161 - 475 0255
TEL. (ASIA-THERME) 02161 - 676 08