

Sommer - Kursplan Workoutwest

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30 – 10.30 Uhr Pilates		09.30 – 10.30 Uhr Starke Mitte		09.30 – 10.30 Uhr Bauch Beine Po Rücken
		17.30 – 18.30 Uhr Jumping Fitness		
17.30 – 18.30 Uhr Pilates		18.30 – 19.30 Uhr HIIT Training	18.00 – 19.00 Uhr Hatha Yoga	
18.30 – 19.30 Uhr Yoga Flow	18.30 – 19.30 Uhr Bauchkiller	19.00 – 20.00 Uhr Indoor Cycling	19.00 – 20.00 Uhr Starke Mitte	18.30 – 19.30 Uhr Bauch Beine Po
19.00 – 20.00 Uhr Indoor Cycling	19.30 – 20.30 Uhr Jumping Fitness	19.30 – 20.30 Uhr Pilates		19.30 – 20.30 Uhr HIIT Training
19.30 – 20.30 Uhr Jumping Fitness		20.30 – 21.30 Uhr Jumping Fitness		Bitte reservieren Sie für Indoor Cycling und Jumping Fitness!