

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 -09.30	Bauch Beine Po *		Pilates *		Mamibabyfit *
09.00-10.00		09.30 Burnout-Prophylaxe / Entspannung mit AT /PMR ***		Mamis in shape * (Start nach Ostern'20)	<p>* zu allen Vormittagskursen dürfen Babys mitgebracht werden ** ab April bei trockenem Wetter XCO outdoor *** Kursdauer 10x wird von der Krankenkasse 80 -100% bezuschusst WICHTIG: Starttermine erfragen und vorher anmelden</p> <p>Stand 03/2020 Änderungen vorbehalten</p>
18.00-19.00	Fatburner **	Tabata / Powerful Intervaltraining		Functional Rücken-Präventionstraining	
18.30-19.30		18.45h Burnout-Prophylaxe / Entspannung mit AT /PMR ***	Piloxing: Mix aus Pilates, Boxen & Tanz		
19.00 - 20.00			Burnout-Prophylaxe / Entspannung mit AT /PMR ***	Easy-Fit mit Langhanteln	
19.30 - 20.30	Pilates				

Umkleiden, Duschen & Sauna vorhanden Mitgliedschaft monatlich kündbar

www.fit-fun-sport.com