


GROUP FITNESS PLAN PFUNGEN

Gültig ab 01.09.2017

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.00 – 08.55 Uhr Rücken Training Mary	08.00 – 08.55 Uhr Stretch & Fascial R. Martina					
9.00 – 09.55 Uhr Zumba Patrick	09.00 – 09.55 Uhr Body Toning Rebekka	09.00- 10.00 Uhr Body Pump Katrin	09.00 – 09.50 Uhr Indoor Cycling Eva	09.00 – 09.55 Uhr Pilates Mary		
09:00 – 09:55 Uhr Lauftraining (1) Rebekka	10.00 – 10.55 Uhr Hatha Yoga Nicole	09.00 - 09.50 Uhr Functional Circle (3) Rebekka	10.00 - 10.55 Uhr Step Barbara	10.00 – 11.00 Uhr Tai Chi Susan	09.30 – 10.00 Uhr Body Pump (4) Technik Schulung	09.45 - 10.45 Uhr Indoor Cycling (2) Team
10.00 – 10.55 Uhr Pilates Martina					10.00 – 11.00 Uhr Body Pump Team	11.00 - 12.00 Uhr Body Toning Barbara / Sabine
12.15 – 13.15 Uhr Body Pump Matthias	12.15 - 12.45 Uhr M.A.X. Gabi					
						
17.30 – 18.20 Uhr BBP Gabi				17.30 – 18.30 Uhr Body Pump Tamara		
18.30 – 19.20 Uhr Indoor Cycling Rebekka/Ladina	18.00 - 18.55 Uhr Pilates Corinne	18.00 – 18.55 Uhr Rücken Training Mary / Isabelle	18.00 – 18.50 Uhr BBP Barbara	18.30 – 19.25 Uhr Body Balance Tamara		
19.30 – 20.30 Uhr Zumba Antonella	19.00 - 19.55 Uhr Step Barbara	19.00 - 20.00 Uhr Body Pump Tamara	19.00 – 19.30 Uhr M.A.X. Rebekka		Legende (1) Outdoor (2) Vom 1.10. bis 30.04 (3) Functional Tower (4) 1. Samstag im Monat	
	20.00 – 20.50 Uhr Indoor Cycling (2) Ladina	20.00 – 20:30 Bauch intensiv Tamara	19.30 – 20.20 Uhr Hatha Yoga Fabienne			