

GRUPPENANGEBOTE FLUMS

AB JANUAR 2023

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
06.00		CYCLING (TOBI/FABIAN)		CORE TRAINING (CORINA) 	
09.00	09.00 UHR LES MILLS BODYPUMP (CLAUDIA)	09.00 UHR RÜCKBILDUNGSKURS YOGA MIT BABY * (ROMANA)	09.00 UHR SENIORENTRAINING (TOM)	09.00 UHR LES MILLS BODYPUMP (GERNOT)	
10.10	10.10 Uhr Pilates (Claudia)			10.10 UHR YINYOGA (GERNOT)	
12.15					
AB 18.00	18.00 UHR LES MILLS BODYPUMP (CARSTEN)	18.15 UHR CARDIO-FIT (MICHÈLE)	18.30 UHR LES MILLS BODYATTCK (CHIME)	18.15 UHR LES MILLS BODYPUMP (Franziska)	18:00 UHR CYCLING (TEAM)
AB 19.00	19.15 UHR STEP (CARSTEN)	19.15 UHR STRETCH & MOBILITY (MICHÈLE)		19.30 UHR HATHA YOGA (FRANZISKA)	

*Kurszeiten auf Anfrage