Lady Fit

MONTAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:15	0:55 H	Step 2	M
10:15	0:75 H	LesMills BODYPUMP	M
17:30	0:55 H	Pilates	M
17:45	0:30 H	HIIT	M
18:30	0:55 H	Bodytone	A
19:30	0:55 H	LesMills BODYCOMBAT	F

DIENSTAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:15	0:55 H	Bodytone	A
10:15	0:55 H	Pilates	A
17:30	0:70 H	LesMills BODYPUMP	M
18:45	0:55 H	Jumping	M

ÖFFNUNGSZEITEN

MO.- MI.	08:00 - 22:00
DO.	08:00 - 13:00 + 16:00 - 22:00
FR.	08:00 - 21:00
SA.	09:00 - 16:00
SO. & FEIERT.	09:00 - 16:00

MITTWOCH

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:15	0:55 H	Step & Tone	A
10:15	0:25 H	Bebo	A
10:45	0:55 H	Rückenfit	A
16:30	0:55 H	Yoga Flow	A
17:30	0:55 H	BBPo	A
18:30	0:55 H	Pilates	M
18:30	0:45 H	Tabata	M
19:30	0:55 H	ZUMBA	A

DONNERSTAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:15	0:55 H	BBPo	A
10:15	0:55 H	ZUMBA	A
17:00	0:55 H	Rückenfit	A
18:00	0:55 H	LesMills BODYCOMBAT	F
19:00	0:70 H	LesMills BODYPUMP	M

AKTUELLE INFOS:
unter myladyfit.de, auf Facebook und im Studio

Lady Fit
Frau dich drauf!

FREITAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:15	0:55 H	Bodytone	A
10:15	0:55 H	Easy Fit	A
17:00	0:55 H	Jumping	M
18:30	0:75 H	Yoga Flow	A

ÖFFNUNGSZEITEN

Lady Fit KidsClub

Do 16:00 - 19:00 Uhr
Sa 09:00 - 13:00 Uhr

SAMSTAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:30	0:55 H	Pilates	A
10:30	0:55 H	ZUMBA	A
10:30	0:55 H	DEEPWORK	M
11:30	0:75 H	LesMills BODYPUMP	M

SONNTAG

Zeit	Dauer	Kurs	Stufe
09:30	0:55 H	BBPo	A
10:30	0:55 H	Ladies Special	A

WIR BERATEN DICH GERNE BEI DER KURSWAHL.

A = Alle M = Mittelstufe F = Fortgeschritten ⏲ = Kursdauer