

Kursplan

22.07.2024 - 28.07.2024

Life Fitness Club
Lochweg 22b
97318 Kitzingen
09321 38 26 60
info@lifefit.de



Montag 22.07.2024	Dienstag 23.07.2024	Mittwoch 24.07.2024	Donnerstag 25.07.2024	Freitag 26.07.2024	Samstag 27.07.2024	Sonntag 28.07.2024
<p>09:45 - 10:30 Functional Training... Thorsten</p>	<p>09:45 - 10:30 Andreas Stunde Sabine</p>	<p>09:45 - 11:15 Sabines Stunde</p>	<p>09:30 - 10:15 Complex Core Thorsten</p>	<p>09:00 - 09:45 Nadjas Stunde Nadja</p>		<p>10:00 - 11:00 INDOOR Cycling Jörg</p>
<p>10:40 - 11:25 BALLance Sabine</p>	<p>10:45 - 11:30 Andreas Stunde Sabine</p>	<p>10:30 - 13:50 Wirbelsäulengymnast... Sabine</p>	<p>10:25 - 11:10 BALLance Thosten</p>	<p>10:00 - 11:00 Faszien Yoga Nadja</p>		<p>11:20 - 12:20 Spartan 400 Jörg</p>
<p>18:15 - 19:15 Hot Iron Timo</p>	<p>17:45 - 18:15 Rücken Intensiv Sabine</p>	<p>18:15 - 19:15 Jumping Fitness Rita</p>	<p>18:45 - 19:30 Andreas Stunde Sabine</p>	<p>17:30 - 18:30 Functional Training... Jörg</p>		
<p>19:30 - 20:00 Körperhaltungstrain...</p>	<p>19:00 - 20:00 Faszien Yoga Nadja</p>	<p>19:30 - 20:30 Hot Iron Rita</p>	<p>19:45 - 20:30 Andreas Stunde Sabine</p>	<p>18:50 - 19:50 INDOOR Cycling Jörg</p>		

- Ausdauer
- Body & Mind
- Kraft
- Outdoor
- Präventionskurs
- Rehasport

Stand: 27.07.2024