

Kursplan Workoutwest

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.30 – 10.30 Uhr Pilates		09.30 – 10.30 Uhr Starke Mitte		09.30 – 10.30 Uhr Bauch Beine Po Rücken
17.30 – 18.30 Uhr Pilates		17.30 – 18.30 Uhr Jumping Fitness	16.30 – 17.30 Uhr Kinder Jumping	
18.30 – 19.30 Uhr Yoga Flow	18.30 – 19.00 Uhr Bauch Intensiv	18.30 – 19.30 Uhr HIIT Training	18.00 – 19.00 Uhr Hatha Yoga	18.30 – 19.30 Uhr Bauch Beine Po
19.30 – 20.30 Uhr Jumping Fitness	19.00 – 19.30 Uhr Stretch & Relax	19.00 – 20.00 Uhr Indoor Cycling	19.30 – 20.30 Uhr Indoor Cycling	19.30 – 20.30 Uhr HIIT Training
20.30 – 21.30 Uhr Jumping Fitness	19.30 – 20.30 Uhr Jumping Fitness	19.30 – 20.30 Uhr Pilates		20.30 – 21.30 Uhr Indoor Cycling
	19.30 – 20.30 Uhr Indoor Cycling	20.30 – 21.30 Uhr Jumping Fitness		

**Bitte reservieren Sie
für Indoor Cycling
und Jumping vorab.**

