

# Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

VITA CLUB  
 Triftplatz 3  
 83471 Schönau am Königssee  
 +49 8652 948570  
 info@vitaclub.de



Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
09:00 - 09:55 Rückenfit	08:30 - 10:00 Yoga	09:00 - 09:55 Body-Workout	18:00 - 18:55 Rückenfit	09:00 - 09:55 Iron System		
10:00 - 11:00 Faszienfitness	17:00 - 17:25 Bauch/FascialStretc...	10:00 - 10:55 Zumba Gold	19:00 - 20:00 Zumba	10:00 - 10:55 Dynamic Pilates		
17:30 - 18:25 Rückenfit	17:30 - 18:25 Body-Workout	17:00 - 17:40 Flexi Bar/Core		17:00 - 17:25 Six-Pack		
18:30 - 19:30 Strong by Zumba	18:30 - 19:25 Iron System	17:45 - 18:10 Fascial Stretching		17:30 - 17:55 M.A.X		
19:30 - 20:30 Zumba	19:30 - 21:00 Yoga	18:15 - 19:10 Iron System		18:00 - 19:00 Iron System		
		19:15 - 20:30 Toso X		19:00 - 20:00 DAV Training		

- Herz-Kreislauf &...
- Kraft & Straffun...
- Körper & Entspan...
- Lauftreff
- Rücken & Gesundh...

Stand: 14.12.2017