

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

VITA CLUB
 Triftplatz 3
 einfach mehr vom Leben

83471 Schönau am Königssee

+49 8652 948570

info@vitaclub.de

Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
08:45 - 09:40 Wirbelsäulengymnast.	08:30 - 10:00 Yoga	09:00 - 09:55 Body-Workout	18:30 - 19:25 Wirbelsäulengymnast.	09:00 - 09:55 Iron System		
09:45 - 10:40 Faszientraining	17:00 - 17:25 Bauch/FascialStretc...	10:00 - 10:55 Zumba Gold	19:30 - 20:30 Zumba	10:00 - 10:55 Fitness Pilates		
17:30 - 18:25 Rückenfit	17:30 - 18:25 Body-Workout	17:00 - 17:40 Flexi Bar/Faszienfi...		17:30 - 18:30 Lauftreff		
18:30 - 19:30 Zumba	17:30 - 18:30 Lauftreff	17:45 - 18:10 Bauch/Core		18:00 - 18:55 Body-Workout		
	18:30 - 19:25 Iron System	18:15 - 19:10 Iron System		19:00 - 20:00 Iron System		
	19:30 - 21:00 Yoga	19:15 - 20:15 Toso X				

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

Stand: 22.10.2017