



## Group Fitness Kursangebot

Center Brunnthal

Tag der Arbeit - **01.05.2024**

**Öffnungszeiten: 09:00 - 22:00 Uhr**

### Studio 1

09:20 - 10:20 Uhr

FUNCTIONALFIT®

10:30 - 11:30 Uhr

NATURALFLOW®

17:00 - 18:00 Uhr

Thai Bo FITness

18:10 - 19:25 Uhr

ZUMBA® Special

### Studio 2

09:30 - 10:30 Uhr

Aerial Yoga 

Anmeldung | entgeltlich

[sarah.braendlin@bodyandsoul.de](mailto:sarah.braendlin@bodyandsoul.de)

10:45 - 11:45 Uhr

Aerial Yoga 

Anmeldung | entgeltlich

[sarah.braendlin@bodyandsoul.de](mailto:sarah.braendlin@bodyandsoul.de)

16:30 - 18:00 Uhr

Vinyasa Yoga 

„entspannt in den Mai“

18:10 - 19:25 Uhr

Yin Yoga Special 

### Cyclingraum

09:30 - 11:00 Uhr

Cycling Special

### Sportpool

18:00 - 18:50 Uhr

Aqua Workout

19:00 - 19:30 Uhr

Aqua Intense

19:40 - 20:40 Uhr

Schwimmtraining

### Outdoor

10:00 Uhr

Rennrad Treff

Kugler Alm - Münchener Oberland

Nur bei gutem Wetter | ca. 100 km