

Group Fitness Kursangebot

Center Trudering

Pfingstsonntag - 19.05.2024

Öffnungszeiten: 09:00 - 22:00 Uhr

Studio 1

09:30 - 10:30 Uhr

HOT IRON® 1

10:40 - 11:40 Uhr

Bodystyling XXL

11:50 - 12:50 Uhr

KORCE®

16:00 - 17:00 Uhr


HOT IRON® CROSS

17:05 - 18:05 Uhr

BODYART® STRENGTH

Studio 2

10:00 - 11:30 Uhr


Vinyasa Yoga Special 

„Frühjahrsputz“

11:40 - 12:40 Uhr

Wirbelsäule

16:30 - 17:45 Uhr

Hatha Yoga I 

18:00 - 19:15 Uhr

Yoga Special 

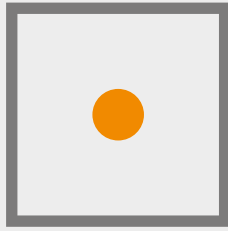
„Heilsame Übungen für die Hüfte“

Cyclingraum

10:00 - 11:30 Uhr

Cycling Black





Group Fitness Kursangebot

Center Trudering




Pfingstmontag - 20.05.2024

Öffnungszeiten: 09:00 - 22:00 Uhr

Studio 1

09:30 - 10:30 Uhr	HOT IRON® 2
10:40 - 11:40 Uhr	Bodystyling XXL
11:45 - 12:35 Uhr	RückenFIT
16:00 - 17:00 Uhr	HOT IRON® CROSS
17:05 - 18:05 Uhr	Athletic Moves
18:30 - 19:45 Uhr	Bauchtanz

Studio 2

10:00 - 11:30 Uhr	Vinyasa Yoga Special  „Fühl Dich frei“
11:40 - 12:40 Uhr	Pilates I-II
16:30 - 17:45 Uhr	Vinyasa Yoga Special 
17:50 - 19:05 Uhr	Yin Yoga I 

Cyclingraum

18:00 - 19:00 Uhr	Cycling Gold
-------------------	--------------

