

Group Fitness Kursangebot

Center Trudering



Mariä Himmelfahrt - 15.08.2024

Öffnungszeiten: 09:00 - 22:00 Uhr

Studio 1

09:20 - 10:20 Uhr	HOT IRON® CROSS
10:25 - 11:25 Uhr	Athletic Moves
11:30 - 12:20 Uhr	Bodystyling
16:00 - 17:00 Uhr	Workout Xplosion XXL
17:10 - 18:25 Uhr	Bauchtanz

Studio 2

09:30 - 11:00 Uhr	Yoga Special 
	„Waage und Kopfstand“
11:15 - 12:30 Uhr	Wirbelsäule + Stretch
	„Beindynamik und Rücken“
17:30 - 19:00 Uhr	Vinyasa Yoga Special 

Cyclingraum

17:10 - 18:10 Uhr	Cycling Gold
-------------------	--------------

Outdoor

09:30 - 14:00 Uhr	Rennrad Treff Treffpunkt: Kugler Alm
-------------------	--

Sportpool

18:20 - 19:10 Uhr	Aqua Workout
-------------------	--------------