

Kursangebot München Mitte

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00	07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2	07:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure	07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1	07:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure			
			07:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold				
08:00					08:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure		
09:00		09:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner 📍	09:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure			09:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Cycling Platinum	
10:00	10:00 Studio 1 ⁽⁷⁵⁾ Wirbelsäule + Stretch	10:50 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Pilates I	10:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Jivamukti Yoga 📍	10:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Pilates I	10:15 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	10:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ DEEPWORK® 📍	10:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Hatha Yoga 📍
	10:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure					10:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure	10:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Workout Xplosion
							10:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure
11:00	11:25 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II			11:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yin Yoga I 📍	11:15 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	11:10 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	11:00 Studio 1 ⁽⁵⁵⁾ Step I-II
				11:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling			
12:00	12:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ Athletic Training ❤️	12:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure		12:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ Athletic Training ❤️			
13:00					13:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure		
16:00		16:55 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS					
17:00	17:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Jivamukti Yoga I-II 📍	17:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Jivamukti Yoga I-II 📍		17:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Hatha Yoga 📍	17:00 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ FaszienFLOW 📍		17:40 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Thai Bo FITNESS
		17:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure		17:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure			
18:00	18:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	18:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Bodystyling XXL	18:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga 📍		18:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Athletic Moves		18:45 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ BODYART® STRENGTH
	18:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ Athletic Training ❤️		18:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure				
	18:45 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Cycling Platinum						
19:00	19:10 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure	19:05 Studio 2 ⁽⁵⁵⁾ ZUMBA®	19:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2	19:10 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:10 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling		
	19:15 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	19:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	19:10 Fläche ⁽³⁰⁾ @ Athletic Training ❤️				
			19:35 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yin Yoga I 📍				
20:00	20:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS						
	20:20 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II						

Body + Mind

Choreographie

Cycling

POWER PLATE®

Small Group Training

Workout

Das Kursangebot findet ab 3 Teilnehmern statt!

Easy | Intro | Beginner = Einsteiger | I = Mittelstufe | II = Fortgeschritten

❤️ Bitte zu diesem Kursangebot aufgewärmt erscheinen!

📍 Wir empfehlen zu diesem Kursangebot eigenes Equipment mitzubringen

@ nur mit Terminvereinbarung | Online-Buchung Homepage

Ⓜ Inhalte variabel, siehe Infowand im Center | Homepage

Das Kursangebot findet in deutscher Sprache statt - all classes are in German

Fairplay | Group Fitness

- Bitte erscheine pünktlich zu Beginn des Kursangebotes.
- Solltest Du aus gesundheitlichen Gründen eingeschränkt sein, bitten wir Dich, den | die Instruktor:in darüber zu informieren.
- Wir empfehlen angemessene Trainingsbekleidung.
- Aus hygienischen Gründen bitten wir darum, ein Trainingshandtuch zu benutzen.
- Zum eigenen Schutz solltest Du ausschließlich Plastikflaschen nutzen.
- Bitte geeignetes Schuhwerk verwenden, um Verletzungen und Verunreinigungen zu vermeiden.

Änderungen vorbehalten