

Kursangebot Center Erding

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00			08:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®		08:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®		
09:00	09:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®	09:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Anusara Yoga®	09:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II	09:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Zen Yoga I 	09:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II	09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken	09:30 Studio 1 ⁽³⁰⁾ Thai Bo Easy
	09:00 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ RückenFIT	09:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Step Easy	09:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®	09:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS	09:10 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ FaszienFLOW 	09:45 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Athletic Moves	
	09:00 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua ZUMBA®						
10:00	10:00 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Pilates I	10:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ BauchBeineRückenPo	10:10 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Yin Yoga 	10:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®	10:10 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Hatha Yoga I 	10:40 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Yin Yoga 	10:00 Cyclingraum ⁽⁷⁵⁾ Cycling Platinum
	10:10 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Cardio Workout	10:20 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	10:20 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special	10:15 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	10:10 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ BauchBeineRückenPo		10:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Thai Bo FITness
	10:15 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold		10:30 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout	10:20 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	10:15 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout		10:30 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Mix
11:00							11:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special
17:00	17:20 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Military FITness	17:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	17:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1	17:00 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	17:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner 	17:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Powerworkout	17:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Hatha Yoga I-II 
	17:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Hatha Yoga I 	17:45 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken		17:45 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Functional Training	17:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Military FITness		
18:00	18:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	18:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Athletic Moves	18:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	18:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	18:00 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Mix		
		18:05 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout	18:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Step I	18:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®	18:25 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ Rücken Qi Gong		
		18:50 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Vinyasa Yoga I 	18:30 Cyclingraum ⁽⁵⁰⁾ Cycling Silver		18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold		
					18:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®		
19:00	19:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Power Yoga I 	19:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:10 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner 	19:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ 4STREATZ®			
	19:00 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:05 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ BOOSTAR®	19:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2			
	19:30 Studio 1 ⁽⁵⁵⁾ Step Dance		19:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Powerworkout				
20:00		20:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS					

 Aqua	 Body + Mind	 BOOSTAR®	 Choreographie	 Cycling	 Small Group Training	 Workout
--	---	--	---	---	--	---

Das Kursangebot findet ab 3 Teilnehmern statt!
Easy | 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

Änderungen vorbehalten

- Fairplay | Group Fitness**
- Bitte erscheine pünktlich zu Beginn des Kursangebotes.
 - Solltest Du aus gesundheitlichen Gründen eingeschränkt sein, bitten wir Dich, Deinen Instruktor darüber zu informieren.
 - Wir empfehlen angemessene Trainingsbekleidung.
 - Aus hygienischen Gründen bitten wir darum, ein Trainingshandtuch zu benutzen.
 - Keine Trinkgefäße aus Glas oder andere zerbrechliche Gegenstände verwenden.
 - Bitte geeignetes Schuhwerk verwenden, um Verletzungen und Verunreinigungen zu vermeiden.