

Kursangebot München Nord

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00	07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS		07:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS				
	07:30 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure						
08:00					08:00 Sportpool ⁽⁶⁰⁾ Schwimmtraining		
					08:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Workout Xplosion		
09:00	09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule	09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Bodystyling XXL	09:00 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga I-II	09:30 Studio 1 ⁽⁵⁵⁾ ZUMBA®	09:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Flexi Toning	09:20 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1	09:15 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga
			09:00 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure			09:30 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner	09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2
			09:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Athletic Moves			09:30 Cyclingraum ⁽⁷⁵⁾ Cycling Platinum	
						09:50 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Intervall	
10:00	10:35 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	10:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken	10:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II	10:30 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Bodystyling	10:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Gesunder Rücken	10:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ DEEPWORK®	10:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Athletic Moves
		10:45 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Workout		10:40 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua ZUMBA®		10:45 Sportpool ⁽³⁰⁾ Aqua Intense	
11:00				11:00 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Qi Gong		11:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II	11:00 Studio 2 ⁽⁵⁰⁾ RückenFIT
				11:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule		11:35 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga I-II	11:55 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Bodystyling XXL
16:00					16:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Jivamukti Yoga	16:15 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special	
17:00	17:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®	17:40 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ KORCE®	17:00 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Power Yoga I	17:30 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Thai Bo FITNESS	17:15 Sportpool ⁽⁶⁰⁾ Aqua Power		17:05 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Hatha Yoga
	17:30 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Vinyasa Yoga I-II	17:45 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure	17:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® CROSS	17:30 Cyclingraum ⁽⁵⁰⁾ Cycling Silver			17:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold
	17:30 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Mix						
18:00	18:15 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Silver	18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	18:10 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Powerworkout	18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	18:30 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II		
	18:20 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 2	18:45 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yoga Beginner	18:15 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure	18:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special	18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold		
	18:25 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Fight	18:50 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ HOT IRON® 1	18:20 Studio 2 ⁽⁷⁵⁾ Yin Yoga I	18:35 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ BODYART® STRENGTH	18:45 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special		
	18:45 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure		18:30 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold				
19:00	19:15 Cyclingraum ⁽⁶⁰⁾ Cycling Gold	19:00 Sportpool ⁽⁶⁰⁾ Schwimmtraining	19:10 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Pilates I-II	19:40 Studio 2 ⁽⁹⁰⁾ Jivamukti Yoga			19:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special
	19:30 Studio 2 ⁽⁶⁰⁾ Wirbelsäule		19:10 Sportpool ⁽⁵⁰⁾ Aqua Intervall	19:40 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ MobilitySTRETCH			
	19:35 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ Kickbox Exercises			19:45 Fläche ⁽³⁰⁾ @ POWER PLATE® Pure			
20:00		20:00 Studio 1 ⁽⁶⁰⁾ ZUMBA® Special	20:15 Studio 1 ⁽⁵⁰⁾ Flexi Toning				

Aqua

Body + Mind

Choreographie

Cycling

POWER PLATE®

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

1x pro Monat (siehe Aushang!)

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.