

Kursangebot München Nord

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

■ Aqua
 ■ 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

■ 1x pro Monat (siehe Aushang!)

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