

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

FIT PLUS Fitness-Center GmbH 
 Altdorfer Str. 38
 84030 Landshut
 0871-975470
 kontakte@fit-plus.info

Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
08:15 - 09:00 YOGA f. d. RÜCKEN P	09:00 - 10:00 MOVEMENT	08:30 - 09:00 EFA	09:00 - 10:00 MOBILITY	08:30 - 09:15 PILATES	12:30 - 13:30 Kinder Schwimmkurs	10:00 - 10:45 BODYSTYLING
08:30 - 09:00 EFA	09:15 - 10:00 POWER VIT YOGA	09:00 - 10:00 INDOOR CYCLING P	09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE & STRET	09:15 - 10:00 BODYSTYLING	15:00 - 16:00 STRENGTH	10:00 - 11:00 DEEP WORK
09:00 - 09:45 CYCLING BASIC	09:15 - 10:00 AQUAROBIC P	09:15 - 10:00 STEP I	09:15 - 10:00 YOGA f. d. RÜCKEN P	09:15 - 10:15 ZUMBA	15:15 - 16:00 CYCLING BASIC P	10:00 - 11:00 INDOOR CYCLING
09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE P	09:15 - 10:15 INDOOR CYCLING	09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE	09:15 - 10:00 AQUA CIRCLE P	09:15 - 10:15 INDOOR CYCLING P	15:30 - 16:15 WIRBELSÄULE	10:00 - 11:00 MOVEMENT
09:15 - 10:00 FUNKTIONAL WORKOUT	10:00 - 11:00 ZUMBA	09:15 - 09:45 Schnuppern	09:15 - 10:00 CYCLING BASIC	10:00 - 11:00 MOVEMENT	16:15 - 16:45 BAUCH	10:45 - 11:30 STEP I-II
09:15 - 10:00 AQUAFITNESS P	10:15 - 11:00 WIRBELSÄULE P	10:00 - 11:00 ZUMBA	10:00 - 10:45 AROHA	10:15 - 11:00 STEP II	16:15 - 17:00 INDOOR CYCLING P	11:15 - 12:00 INDOOR CYCLING P
10:00 - 10:45 PILATES P	10:15 - 10:45 EFA	10:00 - 11:00 MOBILITY	10:00 - 11:00 TAI CHI FLOW P	10:15 - 10:45 BAUCH	16:45 - 17:45 DEEP WORK	12:00 - 12:30 EFA
	15:30 - 16:30 Kinder Schwimmkurs	10:15 - 11:30 IRON BACK & BELLY		17:00 - 17:45 YOGA f. d. RÜCKEN	17:15 - 18:00 AQUAROBIC P	
		15:15 - 16:00 INDOOR CYCLING		17:15 - 18:00 AQUA ZUMBA P		

- Burn
- Einsteiger I
- Einsteiger II
- Für Alle geeigne...
- Kinder Schwimmku...
- Mentaler Ausglei...
- Mobility
- Movement
- P P-Stunden
- Profis
- Strength

Stand: 21.10.2017

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

FIT PLUS Fitness-Center GmbH

Altdorfer Str. 38

84030 Landshut

0871-975470

kontakte@fit-plus.info



Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
10:00 - 10:45 BACK & BELLY	17:15 - 18:00 WIRBELSÄULE	16:30 - 17:15 PILATES	10:00 - 10:30 EFA	17:45 - 18:30 BODYSTYLING		
10:00 - 11:00 MOBILITY	18:00 - 19:00 IRON FATBURNER	17:15 - 18:00 EASY STEP	10:15 - 11:00 AQUAROBIC	18:00 - 18:45 INDOOR CYCLING P		
10:15 - 11:00 AQUA ZUMBA P	18:00 - 18:30 BAUCH	18:00 - 18:30 BAUCH	15:30 - 16:30 Kinder Schwimmkurs	18:30 - 19:30 ZUMBA		
17:15 - 18:00 BODYSTYLING	18:00 - 18:30 EFA	18:00 - 19:00 DEEP WORK Einsteige...	17:30 - 18:30 DEEP WORK	19:00 - 20:00 HILL CLIMBING P		
17:30 - 18:15 AQUAROBIC	18:00 - 19:00 HILL CLIMBING	18:30 - 19:15 BODYSTYLING	17:30 - 18:15 STEP BASIC	19:00 - 20:00 STRENGTH		
18:00 - 18:30 BAUCH	18:30 - 19:15 FUNKTIONAL WORKO...	18:45 - 19:45 INDOOR CYCLING	18:00 - 18:30 EFA			
18:00 - 18:30 EFA	19:15 - 20:00 STEP I-II	19:00 - 20:00 MOVEMENT	18:00 - 18:45 CYCLING BASIC			
18:00 - 18:45 CYCLING BASIC	19:15 - 20:00 PILATES	19:15 - 20:15 AROHA	18:30 - 19:00 BAUCH			
18:00 - 19:00 STRENGTH	19:15 - 20:00 CYCLING BASIC	20:00 - 21:00 YOGA & ENTSPANNUN... P	19:00 - 20:00 IRON TOTAL BODY			

- Burn
- Kinder Schwimmku...
- Mentaler Ausglei...
- Einsteiger I
- Einsteiger II
- Strength
- Für Alle geeigne...
- Movement
- P P-Stunden

Stand: 21.10.2017

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

FIT PLUS Fitness-Center GmbH 
 Altdorfer Str. 38
 84030 Landshut
 0871-975470
 kontakte@fit-plus.info

Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
<p>18:15 - 19:00 AQUA POWER</p> <p>18:30 - 19:30 FATBURNER</p> <p>18:45 - 19:45 IRON TOTAL BODY</p> <p>18:45 - 19:15 Schnuppern</p> <p>19:00 - 20:15 IC AUSDAUER</p> <p>19:30 - 20:30 PILATES</p>	<p>20:00 - 21:00 STRENGTH</p>	<p>20:15 - 21:00 GESUNDER RÜCKEN P</p>	<p>19:00 - 20:00 YINYASA POWER YOGA</p> <p>19:00 - 20:00 INDOOR CYCLING</p> <p>19:00 - 20:00 MOVEMENT</p>			

- Burn
- Kinder Schwimmku...
- Einsteiger I
- Mentaler Ausglei...
- Einsteiger II
- Mobility
- Für Alle geeigne...
- Movement
- Strength
- P P-Stunden
- Profis

Stand: 21.10.2017