

# Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

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



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
08:15 - 09:00 YOGA f. d. RÜCKEN <b>P</b>	09:15 - 10:00 POWER VIT YOGA	08:30 - 09:00 EFA	09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE & STRET...	08:30 - 09:15 PILATES	12:30 - 13:30 Kinder Schwimmkurs	10:00 - 10:45 BODYSTYLING
08:30 - 09:00 EFA Inge	09:15 - 10:00 AQUAROBIC <b>P</b>	09:00 - 10:00 INDOOR CYCLING <b>P</b>	09:15 - 10:00 YOGA f. d. RÜCKEN <b>P</b>	09:15 - 10:00 BODYSTYLING	15:00 - 16:00 FUNKTIONAL ZIRKEL Bettina/Lukas	10:00 - 11:00 DEEP WORK
09:00 - 09:45 CYCLING BASIC	09:15 - 10:15 INDOOR CYCLING	09:00 - 10:00 FUNKTIONAL ZIRKEL	09:15 - 10:00 AQUA CIRCLE <b>P</b>	09:15 - 10:15 ZUMBA	15:15 - 16:00 INDOOR CYCLING Conny/Nora	10:00 - 11:00 INDOOR CYCLING
09:00 - 10:00 FUNKTIONAL ZIRKEL	10:00 - 11:00 ZUMBA	09:15 - 10:00 Easy Step	09:15 - 10:00 CYCLING BASIC	09:15 - 10:15 INDOOR CYCLING IC Team	15:30 - 16:15 WIRBELSÄULE	10:45 - 11:30 STEP I-II
09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE <b>P</b>	10:15 - 11:00 WIRBELSÄULE <b>P</b>	09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE	10:00 - 10:45 AROHA	10:15 - 11:00 STEP II	16:00 - 19:00 OPEN GYM FT Coaches	11:15 - 12:00 INDOOR CYCLING
09:15 - 10:00 FUNKTIONAL WORKOUT	11:00 - 11:30 EFA	09:15 - 09:45 Schnuppert	10:00 - 11:00 TAI CHI FLOW <b>P</b>	10:15 - 10:45 BAUCH	16:15 - 16:45 BAUCH	12:00 - 12:30 EFA
09:15 - 10:00 AQUAFITNESS <b>P</b>	15:30 - 16:30 Kinder Schwimmkurs	10:00 - 11:00 ZUMBA	10:00 - 10:30 EFA	17:00 - 17:45 YOGA f. d. RÜCKEN	16:15 - 17:00 CYCLING BASIC Conny/Nora	
10:00 - 10:45 PILATES <b>P</b>	17:15 - 18:00 WIRBELSÄULE	10:00 - 13:00 OPEN GYM FT Coaches	10:15 - 11:00 AQUAROBIC	17:00 - 22:00 OPEN GYM FT Coaches	16:45 - 17:30 FUNKTIONAL WORKOUT	
	18:00 - 19:00 IRON FATBURNER	10:15 - 11:30 IRON BACK & BELLY	15:30 - 16:30 Kinder Schwimmkurs	17:15 - 18:00 AQUA ZUMBA <b>P</b>	17:15 - 18:00 AQUAROBIC <b>P</b>	
	18:00 - 18:30 BAUCH	15:15 - 16:00 INDOOR CYCLING Claudia/Mane	17:30 - 18:30 DEEP WORK	17:45 - 18:30 BODYSTYLING		
		16:30 - 17:15 PILATES		18:00 - 18:45 INDOOR CYCLING <b>P</b>		

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

Stand: 20.02.2019

# Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

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



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
10:00 - 10:45 Bauch & Rücken	18:00 - 18:30 EFA	17:00 - 22:00 OPEN GYM FT Coaches	17:30 - 18:15 STEP BASIC	18:30 - 19:30 ZUMBA		
10:15 - 11:00 AQUA ZUMBA <b>P</b>	18:00 - 19:00 HILL CLIMBING	17:15 - 18:00 EASY STEP	18:00 - 18:30 EFA	19:00 - 20:00 HILL CLIMBING <b>P</b>		
17:15 - 18:00 BODYSTYLING Dennis	18:30 - 19:15 FUNKTIONAL WORKOUT	18:00 - 18:30 BAUCH	18:00 - 18:45 INDOOR CYCLING			
17:30 - 18:15 AQUAROBIC	19:15 - 20:00 STEP I-II	18:30 - 19:15 BODYSTYLING	18:30 - 19:00 BAUCH			
18:00 - 18:30 BAUCH Dennis	19:15 - 20:00 PILATES	18:45 - 19:45 INDOOR CYCLING	19:00 - 20:00 IRON TOTAL BODY			
18:00 - 18:30 EFA Inge	19:15 - 20:00 INDOOR CYCLING	19:15 - 20:15 AROHA	19:00 - 20:00 YINYASA POWER YOGA			
18:00 - 18:45 CYCLING BASIC	20:00 - 21:00 ZUMBA	20:00 - 21:00 YOGA & ENTSPANNUNG <b>P</b>	19:00 - 20:00 INDOOR CYCLING			
18:00 - 19:00 FUNKTIONAL ZIRKEL	20:15 - 21:15 FUNKTIONAL ZIRKEL	20:15 - 21:00 GESUNDER RÜCKEN <b>P</b>	19:00 - 20:00 FUNKTIONAL ZIRKEL			
18:15 - 19:00 AQUA POWER						
18:30 - 19:30 FATBURNER Dennis						
18:45 - 19:45 IRON TOTAL BODY						

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

Stand: 20.02.2019

# Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

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



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
<div data-bbox="114 376 369 459" style="background-color: #00FFFF; padding: 5px;">                     18:45 - 19:15                      Schnuppern                      Inge                 </div> <div data-bbox="114 464 369 539" style="background-color: #FFFF00; padding: 5px;">                     19:00 - 20:15                      IC AUSDAUER                 </div> <div data-bbox="114 544 369 627" style="background-color: #FFFF00; padding: 5px;">                     19:30 - 20:30                      PILATES                      Dennis                 </div>						

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

Stand: 20.02.2019