

PREMIUM GRUPPENFITNESS Vorläufiger "Corona-Kursplan" gültig ab 21.09.2020



MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

VORMITTAGSPROGRAMM

09:30 - 10:30 Ina

Kursmix:
"Bone Health 1"

60' NEU

LES MILLS
BODYPUMP
LES MILLS
CXWORX **BODYBALANCE**

09:30 - 10:30 Ina

Kursmix:
"Cardio & Strength"

60' NEU

Studio ONE
Spinning
LES MILLS
BODYPUMP **CXWORX**

09:30 - 10:30 Ina

Kursmix:
"Core Strength & Stretch"

60'

LES MILLS
CXWORX
LES MILLS
BODYBALANCE

08:45 - 09:15 Nicol

LES MILLS
sprint

30'

09:30 - 10:30 Nicol

LES MILLS
BODYPUMP

60' NEU

NACHMITTAGS - UND ABENDPROGRAMM

17:00 - 17:30 Michelle

LES MILLS
sprint

30' NEU

17:00 - 17:45 Anna-Lena

Kursmix:
"Bone Health 2"

45'

LES MILLS
BODYPUMP
LES MILLS
BODYBALANCE

17:30 - 18:15 Michelle

Kursmix:
"Cardio, Glutes & Strength"

45'

LES MILLS
LMI STEP
LES MILLS
CXWORX

17:00 - 17:45 Katharina

ZUMBA[®]
step

45' NEU

16:30 - 17:15 Basti

Studio ONE
Spinning

45'

17:45 - 18:30 Michelle

Kursmix:
"Cardio, Glutes & Strength"

45'

LES MILLS
LMI STEP
LES MILLS
CXWORX

17:50 - 18:35 Katharina

ZUMBA[®]
fitness

45' NEU

18:30 - 19:30 Ina

LES MILLS
BODYPUMP

60'

18:00 - 18:45 Basti

LES MILLS
BODYPUMP

45'

17:30 - 18:15 Carina

LES MILLS
BODYCOMBAT

45' NEU

18:40 - 19:25 Carina

Kursmix:
"Upper Body Training"

45'

LES MILLS
BODYPUMP
LES MILLS
BODYCOMBAT

18:45 - 19:30 Nicol

LES MILLS
BODYPUMP

45' NEU

19:45 - 20:45 Anna-Lena

LES MILLS
BODYBALANCE

60'

19:00 - 19:30 Nicol

LES MILLS
CXWORX

30'

18:30 - 19:15 Anna-Lena

LES MILLS
BODYPUMP

45' NEU

19:35 - 20:35 Ina

Kursmix:
"Core Strength & Stretch"

60'

LES MILLS
CXWORX
LES MILLS
BODYBALANCE

19:45 - 20:30 Nicol

Studio ONE
Spinning

45'

19:45 - 20:30 Nicol

Kursmix:
"Cardio & Strength"

45'

Studio ONE
Spinning
LES MILLS
BODYPUMP **CXWORX**

ACHTUNG:

Bitte beachte unsere "Corona-Hygieneregeln".

Studiozutritt nur mit Kursreservierung!

Interessenten melden sich bitte per Email:
info@studio-one-huenfeld.de
oder Tel.:
01773381000

Teste uns unverbindlich!
1 x SCHNUPPERN GRATIS

Kursreservierung unter:
<https://termin.e-app.eu/studio-one>
Bis 60 Minuten vor dem Kurs,
können Kurse online gebucht,
storniert und verschoben werden.

Studio ONE
Hauptstraße 4, 36088 Hünfeld
Tel. 0 66 52 - 79 37 366
info@studio-one-huenfeld.de
www.studio-one-huenfeld.de

LES MILLS