

Kursplan ab 01. Januar 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						10.30 - 11.30 Zirkeltraining (K1)
09.15 - 10.15 Fit in den Morgen (K2)						11.30 - 12.00 Stretching (K1)
18.20 - 18.35 Bauch Intensiv (K1)	18.00 - 19.00 Power Spinning (K1)					
18.45 - 20.15 Bodystyling mit Kleingeräten (K2)	18.30 - 19.00 HIIT (K2)	19.00 - 20.15 Bodypump (K2)	18.30 - 19.30 Yoga (K2)			

K1 = Kursraum 1
K2 = Kursraum 2



Industriestr. 29
69245 Bammmental
Tel.: 06223 - 8054548
info@fitness-club-rabe.de
www.fitness-club-rabe.de

Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 9:00 - 21:30
Sa. 12:00 - 16:00
So. und Feiertags 10:00 - 14:00