

Aerobicplan ab 1.10.2018

www.medi-fitness-oberschleissheim.de



E-Mail: Medi-Fitness@gmx.de

KURSANGEBOT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00 - 10.00 Uhr STEP CLAUDIA G. 	09.00 - 10.30 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K. 	09.00 - 10.00 Uhr EASY DANCE AEROB. ELVIRA 	8.30 - 9.30 FUNKTIONALES TRAINING CORDULA 	09.00 - 10.30 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K. 	10.00 - 11.00 Uhr QI GONG INGA	9.45 - 10.45 Uhr SPINNING PHILIP
10.00 - 11.00 Uhr KÖRPERKR. CLAUDIA G.	11.00 - 11.30 SCHLINGE CLAUDIA G. 	10.00 - 11.00 Uhr PILATES ELVIRA 	9.45 - 10.45 SPINNING CORDULA 	17.45 - 18.45 SPINNING EINSTEIGER CLAUDIA B. 		11.00 - 12.15 Uhr BODY-POWER/ FASCIEN- TRAINING PHILIP
17.00 - 18.00 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA 	18.00 - 19.00 Uhr FATBURNER STEP SIGRID 	18.30 - 19.30 Uhr FIT U. GESUND ANITA 	18.00 - 19.00 Uhr 40 PLUS FIT & FUN PHILIP 	18.00 - 19.00 SCHLINGE/BAUCH CLAUDIA G. 		
18.00 - 19.00 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA 	18.30 - 19.45 Uhr SPINNING SANDRA 	18.30 - 19.30 Uhr FIT U. GESUND ANITA 	19.15 - 20.15 Uhr STEP CIRCLE CLAUDIA G. 	19.00 - 20.00 Uhr SPINNING PHILIP 		
19.00 - 20.30 Uhr FUNKTIONALES TRAINING CORDULA 	19.00 - 20.00 Uhr BAUCH/BEINE/PO SIGRID 	19.30 - 20.30 Uhr PILATES ANITA 	20.15 - 21.15 Uhr SCHLINGE/ BODY-POWER PHILIP 			
	20.00 - 21.00 Uhr YOGA SIGRID 					

NEU



MINDESTTEILNEHMERZAHL 4 PERSONEN

SAUNAÖFFNUNG

Mo /DO/FR 16.00 - 22.00 Uhr
 DI 9.00 - 12.00Uhr 16.00 - 22.00 Uhr
 !! DIENSTAG DAMENSAUNA !!
 MI 10.00 - 22.00 Uhr
 Sa. / So. / Feiertag 10.00 - 15.00 Uhr

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag 7.00 - 22.00 Uhr
 Sa. / So. / Feiertag 9.00 - 15.00 Uhr

Testen Sie unser Angebot und vereinbaren Sie einen Termin für ein Probetraining!