

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

10.00 - 11.00 Uhr
Indoorcycling
Own Zone



10.00-11.00 Uhr
Pilates



NEU!

10.00-11.00 Uhr
Einsteiger
Indoorcycling



10.00-11.00 Uhr
Rückenfit
Wirbelsäulen-
gymnastik



1.Mai - 31. August
Terminvereinbarung
Lauftreff, Radfahren
& Walking

10.30-11.30 Uhr
Indoorcycling
Own Zone



16.45 - 18.15 Uhr
Taekwon Do
für Kinder ab 4 Jahren

16.30 - 17.30 Uhr
Taekwon Do
für Kinder ab 4 Jahren

16.30 - 17.30 Uhr
Pilates

= für Einsteiger
geeignet

Alle Kurse finden ab
3 Teilnehmer statt.
Bitte in die Liste an
der Theke eintragen.

18.30 - 19.30 Uhr
Body Workout

18.30 - 19.25 Uhr
Muscle Fire

18.00 - 19.00 Uhr
Indoorcycling
Own Zone

19.00 - 19.30 Uhr
Bauchkiller

17.45 - 18.45 Uhr
Indoorcycling
Own Zone
Fatburner

Anmeldung zu den
Kursen auch gerne
per Telefon oder
per e-mail

06136 • 1503
studio@acti-fit.de

19.45 - 20.15 Uhr
Einsteiger
Indoorcycling

NEU!

19.30 - 20.30 Uhr
Rückenfit
Wirbelsäulen-
gymnastik

19.15 - 20.00 Uhr
B.B.Po

19.30 - 20.30 Uhr
YOGA

NEU!

