

Kursprogramm blugym

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Tabata 8:45 10min.	Tabata 8:45 10min.	Strong Body 9:00 55min.	BodyCROSS 9:00 40min.	Pilates 9:00 55min.	Cardio Step 9:30 25min.
Team	Team	Lisa	Stefanie	Miriam	Angelika
Piloxing SSP 9:00 55min.	Bauch & Rücken 9:00 55min.		Faszien Power 9:45 25min.		Hot Iron 10:00 45min.
Beatrice	Stefanie		Team		Angelika
Tabata 17:45 10min.	Tabata 17:45 10min.	BodyCROSS 18:00 55min.	Step 18:00 40min.	Body Power 17:30 55min.	
Team	Team	Stefanie	Lisa	Angelika	
Faszien Power 18:00 25min.	Piloxing SSP 18:00 55min.	BBP 19:00 55min.	Pump 18:45 40min.	Powertraining 18:30 55min.	
Team	Beatrice	Angelika	Lisa	Beatrice	
Body intens 18:30 55min.	Pilates 19:00 55min.		Yoga intens 19:30 55min.	Fitnessboxen 19:30 70min.	
Lisa	Miriam		Claudia	Halil	
Spinning 19:30 70min.	Fitnessboxen 20:00 70min.				
Jürgen	Halil				

Programm gültig ab Montag, den 17. September bis Samstag, den 22. Dezember (Änderungen vorbehalten)

An Feiertagen keine Kurse

Spinning und Yoga intens ab Montag, den 22. Oktober

Stand 17. September 2018

#blugymvllbg

@blugymvllbg

