

Stundenplan 2/2019

(6. Mai – 12. Juli 2019)

Tag	Zeit	Dauer	Kurs
Dienstag	08.45–09.45	60 Min.	Functional Training
	10.00–11.00	60 Min.	Antara® & Stretch
	16.45–17.45	60 Min.	PT möglich*
	18.00–18.40	40 Min.	M.A.X.® & Stretch
	19.10–20.10	60 Min.	Rückbildung
Mittwoch	08.30–09.40	70 Min.	Step & Tone
	10.00–11.00	60 Min.	Antara® Klassik
	16.30–17.30	60 Min.	PT möglich*
	18.00–19.00	60 Min.	Functional Training
	19.15–20.15	60 Min.	Functional Training
Donnerstag	08.45–09.45	60 Min.	PT möglich*
	10.00–11.00	60 Min.	PT möglich*
	13.30–16.30	60 Min.	PT möglich*
Freitag	08.45–09.45	60 Min.	Antara® Klassik
	10.00–11.00	60 Min.	Functional Training
	16.00–17.00	60 Min.	PT möglich*
	17.15–18.15	60 Min.	Antara® Strong

* PT = Personal Trainings sind aus Kapazitätsgründen zur Zeit nur vier pro Woche möglich.