

ONLINE KURSPROGRAMM 02.11. - 08.11.2020

Keine Registrierung erforderlich

MONTAG

02.11.2020

10.00 Uhr
Morning Express*
mit Felix

10.30 Uhr
Pilates
mit Bettina

12.00 Uhr
Mittags Workout*
mit Felix

17.30 Uhr
Movement Flow*
mit Doro

18.00 Uhr
HIIT the Beat
mit Lisa

19.00 Uhr
Zumba®
mit Denise

20.00 Uhr
Stretch & Relax*
mit Doro

DIENSTAG

03.11.2020

09.00 Uhr
Morning Express*
mit Sebastian

09.30 Uhr
RückenFit
mit Angelique

10.30 Uhr
Bauch Express*
mit Sebastian

10.50 Uhr
Stretch & Relax*
mit Sebastian

17.00 Uhr
Box Attack*
mit Dima

17.20 Uhr
Tabata*
mit Dima

17.40 Uhr
Stretch & Relax*
mit Dima

18.00 Uhr
BBP
mit Angelique

19.00 Uhr
Step
mit Angelique

MITTWOCH

04.11.2020

09.00 Uhr
Morning Express*
mit Raoul

09.30 Uhr
BodyWorkout
mit Robert

10.30 Uhr
Mobility*
mit Raoul

12.00 Uhr
Mittags Workout*
mit Raoul

18.00 Uhr
Pilates
mit Andrea

19.00 Uhr
Aroha®
mit Andrea

20.00 Uhr
Vinyasa Yoga
mit Gerlinde

DONNERSTAG

05.11.2020

09.00 Uhr
Morning Express*
mit Balthasar

09.30 Uhr
BodyWorkout
mit Angelique

10.30 Uhr
HIIT*
mit Balthasar

17.00 Uhr
Movement Flow*
mit Doro

17.30 Uhr
BauchExpress*
mit Tom

18.00 Uhr
Functional Barre
mit Lisa

19.00 Uhr
deepWORK®
mit Lisa

FREITAG

06.11.2020

09.00 Uhr
Morning Express*
mit Kevin

09.30 Uhr
IntensivWorkout
mit Anna

10.30 Uhr
Tabata*
mit Kevin

12.00 Uhr
Mittags Workout*
mit Kevin

16.00 Uhr
BodyWorkout
mit Anna

17.00 Uhr
deepWORK®
mit Sylvia

18.00 Uhr
CardioWorkout
mit Anja

SAMSTAG

07.11.2020

10.00 Uhr
deepWORK®
mit Lisa

11.00 Uhr
Functional Barre
mit Lisa

12.00 Uhr
Movement Flow*
mit Jonas

12.20 Uhr
HIIT*
mit Jonas

12.40 Uhr
Stretch & Relax*
mit Jonas

SONNTAG

08.11.2020

10.00 Uhr
BodyWorkout
mit Angelique

11.00 Uhr
CardioWorkout
mit Angelique

12.00 Uhr
Box Attack*
mit Dima

12.20 Uhr
Tabata*
mit Dima

12.40 Uhr
Stretch & Relax*
mit Dima

*Kurzformate 20-minütige Workouts

fit-in
We ♥ to fit you