

KURSPLAN

Feiertage Mai /Juni 2017



SPORTS
&
HEALTH

FITNESS MIT PERSÖNLICHKEIT

KURSPLAN Feiertage Mai /Juni 2017

TAG DER ARBEIT, 01.05.2017

- 09.15 (50) Gesunder Rücken (R1) Hannah
- 09.15 (45) TRX Workout Intense (FB) Trainer
- 10.15 (60) BBP (R1) Hannah
- 17.00 (50) Bodyworkout (R1) Nezha
- 18.00 (60) Pilates (R1) Nezha

CHRISTI HIMMELFAHRT, 25.05.2017

- 09.15 (50) Gesunder Rücken (R1) Hannah
- 10.15 (60) Bodyworkout (R1) Hannah
- 17.00 (60) BODYPUMP (R1) * Nils K.
- 18.15 (30) CXWORX (R1) Nils K.

PFINGSTSONNTAG, 04.06.2017

- 09.15 (60) BODYPUMP (R1) Michi
- 16.00 (50) BBP (R1) Jasmin
- 17.00 (60) Gesunder Rücken (R1) Jasmin
- 17.00 (90) Indoorcycling (R2) * Ralf

KURSPLAN Feiertage Mai /Juni 2017

PFINGSTMONTAG, 05.06.2017

■ 09.15 (50) Bodyworkout (R1)	Jasmin
■ 09.15 (45) TRX Workout Intense (FB)	Trainer
■ 10.15 (60) Step (R1)	Jasmin
■ 17.00 (60) BODYPUMP (R1) *	Nils K.
■ 18.15 (30) CXWORX (R1)	Nils K.

FRONLEICHNAM, 15.06.2017

■ 09.15 (60) Step (R1)	René
■ 10.15 (60) Pilates (R1)	René
■ 17.00 (50) Gesunder Rücken (R1)	Marina
■ 18.00 (75) Body Skills Intense & Release (R1)	Marina

Alle Kurse finden ab drei Teilnehmern statt.

Raum 1 (R1)

Raum 2 (R2)

Funktioneller Bereich (FB)

■ AUSDAUER

■ STRAFFUNG & KRÄFTIGUNG

■ TANZ & CHOREOGRAPHIE

■ FUNKTIONELLES TRAINING

* Reservierung am Kurstag erforderlich.
Telefonisch oder online.

ÖFFNUNGSZEITEN AN DEN FEIERTAGEN

09.00 – 21.00 Uhr

Lindwurmstraße 114 | 80337 München | 089 74747190 | www.sports-and-health.de

