

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG / FEIERTAGE

NEW

06:30-07:30 Uhr

EARLY BIRD PILATES

Raum 1Elena

07:00-08:00 Uhr

EARLY BIRD PILATES

Raum 1Vinessa/Merle

09:30-10:30 Uhr

NEW

UPLIFT™

Raum 1Bine

09:15-10:15 Uhr

BODY MIX

Raum 1Desiree

09:15-10:15 Uhr

WIRBEL-SÄULENGYM 1

Raum 1Desiree

09:15-10:10 Uhr

BODY MIX

Raum 1Lisa B.

09:15-10:15 Uhr

BODY SHAPE

Raum 1Catharina

09:30-10:40 Uhr

YOGA FLOW

Raum 2Claudia

09:30-10:30 Uhr

HOT IRON®

Raum 1Trainerin d. Wahl

09:15-10:15 Uhr

YOGA

Raum 2Claudia

10:20-11:20 Uhr

WIRBEL-SÄULENGYM 2

Raum 1Desiree

10:15-11:00 Uhr

RÜCKEN FIT

Raum 1Lisa B.

10:20-11:15 Uhr

RÜCKEN/COREFIT

Raum 1Catharina

10:00-11:00 Uhr

RÜCKEN-FLOW

Raum 2Ines

10:45-12:00 Uhr

BODY & STEP + STRETCH

Raum 1Claudia

17:00-18:00 Uhr

EASY YOGA

Raum 2Heike

16:10-17:10 Uhr

YOGA

Raum 2Julia

17:00-18:00 Uhr

NEW

BODY IN FORM

Raum 1Linda

16:45-17:55 Uhr

VINYASA YOGA

Raum 2Claudia

17:00-18:00 Uhr

BODY IN FORM

Raum 1Trainerin d. Wahl

17:10-18:10 Uhr

KORCE®

Raum 1Doris

17:15-18:15 Uhr

STRONG NATION®

Raum 2Bettina

17:00-18:00 Uhr

YOGA

Raum 2Lisa

17:15-18:15 Uhr

ZUMBA®

Raum 1Linda

17:15 - 18:15 Uhr

NEW

SHINE DANCE™

Raum 2Bine

18:00-19:00 Uhr

NEW

SPINNING

Raum 3Bine

17:30-18:45 Uhr

VINYASA YOGA

Raum 2Melanie

17:15 - 18:15 Uhr

STEP & STYLE

Raum 1Claudia

18:10-19:10 Uhr

HOT IRON®

Raum 1Franzi/Steffi

18:00-19:00 Uhr

SPINNING

NEW

Raum 3Annika

18:20-19:20 Uhr

PILATES

Raum 2Merle

18:15-19:15 Uhr

DEEPWORK®

Raum 2Marina

18:00-19:00 Uhr

YIN YOGA

Raum 2Claudia

18:15-19:15 Uhr

SURPRISE CLASS

Raum 1/2Trainerin d. Wahl

18:15-19:15 Uhr

BODY IN FORM

Raum 1Marina

18:30-19:30 Uhr

BODY IN FORM

Raum 1Sabrina

18:20-19:20 Uhr

RÜCKENFIT

Raum 1Christine

19:15-20:15 Uhr

INFERNO HIT PILATES

Raum 1Vinessa

18:30-19:30 Uhr

HIIT

Raum 1Marina

19:15-20:15 Uhr

NEW

AFROLETICS™

Raum 2Linda

19:00-20:00 Uhr

PILATES

Raum 2Karin

18:30-19:30 Uhr

FUNCTIONAL FITNESS

GeräteraumMarina

19:30-20:30 Uhr

NEW

HIIT FATBURNER

Raum 3Marina

19:20-20:20 Uhr

BODY SHAPE

Raum 1Sabine

19:45-20:45 Uhr

ZUMBA®

Raum 1Petra

19:30-20:30 Uhr

NEW

ZUMBA®

Raum 1Vera

19:30-20:30 Uhr

RÜCKEN/COREFIT

Raum 2Sabine

= High Intensity

= Mid Intensity

= Consious Movements

= Yoga Styles

= Dance Workouts

= Cycling Kurse

INFORM

FEMALE FITNESS REGENSBURG