

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:30 Cardio Fitness New!				8:30 Fatburner		
09:30 Rückenfit	09:30 Yoga für alle	09:30 Multiworkout	09:30 Shape&Burn	9:30 Balance Workout	10:00 Uhr Rückenfit	10:00 Multiworkout
10:30 REHA	10:30 REHA	10:30 Toning	10:30 REHA		11:00 PowerPump	11:00 Toning
				13:00 REHA		
		14:00 Schmerz- reduktions- training			13:00 Booty&Core	13:00 Shape&Burn
15:00 Multiworkout	15:00 REHA			15:00 Shape&Burn	14:00 Fatburner#	14:00 Yoga #
16:00 Toning	16:00 Fatburner	16:00 Shape&Burn	16:00 Rückenfit	16:00 Power Pump		
17:00 Faszination	17:00 Uhr Booty&Core	17:00 Fatburner	17:00 Zumba	17:00 Pilates		
18:00 Zumba	18:00 Rückenfit	18:00 Booty&Core	18:00 Fatburner	18:00 Special New!		
19:00 Power Pump	19:00 Multiworkout	19:00 Yoga #	19:00 Balance Workout			
20:00 Yoga #						



HANSEFIT

Perfekt für den

airshaper

KURSDAUER = 45 MIN
= 1 STD.

Die Kurse starten zur
angegebenen Zeit

REHA = Rehabilitationssport
Orthopädie nach §64 SGB IX