

Gültig ab MONTAG 1.11.2020



KURSANGEBOT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 - 9.45 Uhr KÖRPERKR. CLAUDIA G.	9.00 - 10.00 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K.	9.00 - 9.45 Uhr PILATES ELVIRA	8.30 - 9.30 FUNKTIONALES TRAINING CORDULA	9.00 - 10.00 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K.		
10.00 - 11.00 Uhr FASCIEN YOGA CLAUDIA G.	10.15 - 11.15 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K.	10.00 - 11.00Uhr PILATES ELVIRA	9.45 - 10.45 WIRBELSÄULE U. BEWEGUNG CORDULA	10.15 - 11.15 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K.	10.00 - 11.00 Uhr QI GONG INGA	10.00 - 11.00 Uhr BODY-POWER/ FASCIEN-TRAINING PHILIP
17.00 - 17.45 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA	17.30 - 18.15 Uhr CARDIO PILATES SIGRID		17.45 - 18.45 Uhr 40 PLUS FIT & FUN PHILIP	NEU ↓ 18.00 - 19.30 SPINNING CORDULA		
18.00 - 18.45 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA	18.30 - 19.15 Uhr BAUCH/BEINE/PO SIGRID		19.00 - 20.00 Uhr FUNKTIONALES TRAINING PHILIP			
19.00 - 20.30 Uhr FUNKTIONALES TRAINING CORDULA	19.30 - 20.15 Uhr YOGA SIGRID					
		18.30 - 20.00 SPINNING CORDULA	18.15 - 19.15 FACIEN YOGA CLAUDIA G.			
		18.15 - 19.15 SPINNING PHILIP	19.30 - 20.30 Uhr PILATES GABI			

ÖFFNUNGSZEITEN:

MONTAG - FREITAG 7.00 - 22.00 UHR

SA / SO / FEIERTAG 9.00 - 15.00 UHR

Telefonische Kursanmeldung erforderlich:

Vormittagkurse: ab 18 Uhr des Vortages

Wochendende 9.00 - 15.00 Uhr

Abendkurse am selben Tag ab 7.00 Uhr

SAUNA:

FREITAG 9.30 - 21.30 Uhr

SAMSTAG 9.30 - 14.30 UHR

Telefonische Saunaanmeldung erforderlich:

ab 19.00 Uhr des Vortages

pro Person nur eine Stunde reservierbar

E-Mail: Medi-Fitness@gmx.de

www.medi-fitness-oberschleissheim.de