

MONTAG

00:00 – 24:00 Uhr

DIENSTAG

00:00 – 24:00 Uhr

MITTWOCH

00:00 – 24:00 Uhr

DONNERSTAG

00:00 – 24:00 Uhr

FREITAG


00:00 – 24:00 Uhr


SAMSTAG

00:00 – 24:00 Uhr


SONNTAG

00:00 – 24:00 Uhr


 10:00 - 11:00 Uhr KR
BODYWORKOUT


 09:30 - 10:30 Uhr KR
BODYWORKOUT


 09:00 - 10:00 Uhr KR
WIRBELSÄULE


 09:00 - 10:00 Uhr KR
BODYWORKOUT


 09:45 - 11:15 Uhr KR
PILATES


 10:00 - 11:00 Uhr KR
BODYWORKOUT


 10:00 - 11:00 Uhr KR ▲
SPIN RACING


 11:00 - 12:00 Uhr KR
WIRBELSÄULE


 10:30 - 12:00 Uhr KR
YOGA


 10:00 - 11:00 Uhr KR
ZUMBA®

 10:00 - 11:00 Uhr KR
PILATES

 17:00 - 18:00 Uhr KR
TÔSÔ X
FIGHT WORKOUT


 11:00 - 12:00 Uhr KR
YOGA


 17:00 - 18:00 Uhr KR
ZUMBA®


 17:30 - 18:30 Uhr KR
BODYWORKOUT


 17:30 - 18:30 Uhr KR
IRON INTENSIVE

 17:30 - 18:30 Uhr KR
BODYSTEP


 17:30 - 18:30 Uhr KR
IRON INTENSIVE

 18:00 - 18:45 Uhr TF ▲
ATHLETIC CIRCUIT


 18:15 - 19:30 Uhr KR
ASHTANGA YOGA


 18:30 - 19:15 Uhr TF ▲
TRX®


 18:00 - 19:00 Uhr TF ▲
ATHLETIC HEAT
BASIC


 18:30 - 19:00 Uhr KR
TÔSÔ X TECHNIK

 18:00 - 19:00 Uhr TF ▲
ATHLETIC HEAT
BASIC


 18:00 - 19:00 Uhr KR
WIRBELSÄULE

 18:30 - 19:30 Uhr KR ▲
SPIN RACING

 18:30 - 19:00 Uhr KR
HIGH ENERGY


 18:30 - 19:15 Uhr TF ▲
ATHLETIC CIRCUIT


 18:30 - 19:30 Uhr KR ▲
SPIN RACING


 18:45 - 19:00 Uhr TF
POWER CORE


 19:15 - 19:30 Uhr TF
POWER CORE


 19:00 - 20:00 Uhr TF ▲
ATHLETIC HEAT


 19:00 - 20:00 Uhr KR
TÔSÔ X
FIGHT WORKOUT


 19:00 - 20:00 Uhr TF ▲
ATHLETIC HEAT

 19:30 - 21:00 Uhr KR
YOGA

 19:00 - 20:00 Uhr KR
BODYWORKOUT

 19:15 - 19:30 Uhr TF
POWER CORE

 19:45 - 20:45 Uhr KR
ZUMBA®

 20:00 - 21:00 Uhr KR
ZUMBA®



WORMS LIFESTYLE FITNESS

Quartal 2/2019 – Gültig vom 01.04. bis 30.06.2019 – Änderungen des Kursplans vorbehalten. Feiertage nach Aushang.

 KRAFT & WORKOUT |  BODY & MIND |  DANCE & FUN |  AUSDAUER & CARDIO

KR = Kursraum | TF = Trainingsfläche | ▲ = Anmeldung erforderlich


fitness and workout
www.venicebeach-fitness.de