

Aerobicplan ab MONTAG 8.11.2016

[www.medi-fitness-oberschleissheim.de](http://www.medi-fitness-oberschleissheim.de)



E-Mail: [Medi-Fitness@gmx.de](mailto:Medi-Fitness@gmx.de)

# KURSANGEBOT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00 - 10.00 Uhr STEP CLAUDIA G. 	09.00 - 10.30 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K. 	09.00 - 10.00 Uhr EASY DANCE AEROB. ELVIRA 	8.30 - 9.30 FUNKTIONALES TRAINING CORDULA 	09.00 - 10.30 Uhr WIRBELSÄULE CLAUDIA K. 	10.00 - 11.00 Uhr QI GONG INGA 	9.45 - 10.45 Uhr SPINNING PHILIP 
10.00 - 11.00 Uhr KÖRPERKR. CLAUDIA G.	11.00 - 11.30 SCHLINGE CLAUDIA G. 	10.00 - 11.00 Uhr PILATES ELVIRA 	9.45 - 10.45 SPINNING CORDULA 	11.00 - 11.30 SCHLINGE ELVIRA 	17.00 - 18.00 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA 	11.00 - 12.15 Uhr BODY-POWER/ FASCIEN- TRAINING PHILIP 
17.00 - 18.00 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA 	18.00 - 19.00 Uhr FATBURNER/ STEP SIGRID/UTA 	18.30 - 19.30 Uhr FIT & GESUND ANITA 	18.00 - 19.00 Uhr 40 PLUS FIT & FUN PHILIP 	17.45 - 18.45 SPINNING EINSTEIGER CLAUDIA B. 	18.00 - 19.00 SCHLINGE/BAUCH CLAUDIA G. 	18.00 - 19.30 UHR SPINNING VISUAL ROAD CORDULA 
18.00 - 19.00 Uhr WIRBELSÄULE CORDULA 	18.30 - 19.45 Uhr SPINNING SANDRA 	18.00 - 18.55 Uhr SPINNING ENDURANCE CORDULA 	19.15 - 20.15 Uhr STEP CIRCLE CLAUDIA G. 	18.00 - 19.00 SCHLINGE/BAUCH CLAUDIA G. 	19.00 - 20.00 Uhr SPINNING PHILIP 	19.00 - 20.00 UHR SPINNING VISUAL ROAD CORDULA 
19.00 - 20.30 Uhr FUNKTIONALES TRAINING CORDULA 	19.00 - 20.00 Uhr BAUCH/BEINE/PO SIGRID/UTA 	19.30 - 20.30 Uhr PILATES ANITA 	20.15 - 21.15 Uhr SCHLINGE/ BODY-POWER PHILIP 	19.00 - 20.00 UHR SPINNING VISUAL ROAD CORDULA 	20.00 - 21.00 Uhr YOGA SIGRID 14 TÄGIG 	AB 6.12. - 30.4.18 FÜR JEDERMANN 9:00 - 20:00 UHR SPINNING VISUAL ROAD CORDULA AB 6.12. - 30.4.18

**NEU**

MINDESTTEILNEHMERZAHL 4 PERSONEN

## SAUNAÖFFNUNG

Mo	16.00 - 22.00 Uhr
Di	9.00-12.00Uhr 16.00 - 22.00 Uhr
!! DIENSTAG DAMENSAUNA !!	
MI / DO / FR	10.00 - 22.00 Uhr
Sa. / So. / Feiertag	10.00 - 17.00 Uhr

Testen Sie unser Angebot und vereinbaren Sie einen Termin für ein Probetraining!

## ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag 7.00 - 22.00 Uhr  
Sa. / So. / Feiertag 9.00 - 17.00 Uhr