

Gültig ab Montag 2.5.2022



# KURSANGEBOT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 - 10.00 Uhr <b>KÖRPERKR.</b> CLAUDIA G.	9.00 - 10.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CLAUDIA K.	9.00 - 10.00 Uhr <b>PILATES</b> ELVIRA	9.00 - 10.00 <b>FUNKTIONALES TRAINING</b> CORDULA	9.00 - 10.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CLAUDIA K.	10.00 - 11.00 Uhr <b>QI-GONG</b> INGA	9.50 - 10.50 Uhr <b>BODY-POWER/ FASCIEN- TRAINING</b> PHILIP
10.00 - 11.00 Uhr <b>FASCIEN YOGA</b> CLAUDIA G.	10.00 - 11.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CLAUDIA K.	10.00 - 11.00 Uhr <b>PILATES</b> ELVIRA	10.00 - 11.00 <b>WIRBELSÄULE UND BEWEGLICHKEIT</b> CORDULA	10.00 - 11.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CLAUDIA K.		11.10 - 12.10 Uhr <b>SPINNING</b> PHILIP
17.00 - 18.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CORDULA						
18.00 - 19.00 Uhr <b>WIRBELSÄULE</b> CORDULA	18.00 - 19.00 Uhr <b>BODYSTYLING</b> JULIA	18.15 - 19.15 <b>FASCIEN YOGA</b> CLAUDIA G.	17.45 - 18.45 Uhr <b>FIT &amp; FUNKTIONAL</b> PHILIP			
19.00 - 20.30 Uhr <b>FUNKTIONALES TRAINING</b> CORDULA		19.00 - 20.00 Uhr <b>SPINNING</b> CORDULA	19.00 - 20.00 Uhr <b>CORE-SCHLINGEN TRAINING</b> PHILIP			
		19.30 - 20.30 Uhr <b>PILATES</b> 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 Vortags

Wochendende 9.00 - 15.00 Uhr

**Abendkurse** am selben Tag ab 7.00 Uhr

## SAUNA:

GEMISCHT: MO/DO/FR 16.00 - 22.00 UHR  
DI 12.00 - 16.00 UHR  
MI 10.00 - 22.00 UHR  
SA/SO/FEIERTAG 9.00 - 15.00 UHR

DAMENSAUNA: DIENSTAG 9.00 - 12.00 UHR 16.00 - 22.00 UHR

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

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