

# AKTUELLE **LIVE** KURSE

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERS.**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

**SONNTAG**

**BAUCH BEINE PO**  
mit Musti  
09:00 - 10:00 Uhr  
**(Alle 2 Wochen)**

**Bauch + Rückenfit**  
mit Beate  
09:00 - 10:00 Uhr

**POWER GUMMIBAND**  
(Bauch Beine Po)  
mit Maetyna  
09:00 - 10:00 Uhr

**SPINNING**  
mit Markus  
18:00 - 19:00 Uhr

**ZUMBA**  
mit Valeriia  
18:00 - 19:00 Uhr

**POWER GUMMIBAND**  
(Bauch Beine Po)  
mit Maetyna  
18:00 - 19:00 Uhr

**Funktional Training Vital**  
mit Beate  
17:15 - 18:00 Uhr

**FULL BODY WORKOUT**  
mit Musti  
09:00 - 10:00 Uhr  
**(Alle 2 Wochen)**

**JIU JITSU**  
mit Manuel  
19:00 - 20:00 Uhr

**BAUCH-KILLER +**  
mit Beate  
18:00 - 18:45 Uhr

alle LIVE Kurse mit lizenzierten Trainern