



PERSONALTRAINING  
CYCLING

DRENPA  
EMPOWER YOURSELF · BE YOU

GRUPPENKURSE  
YOGA



GROUPFITNESS-PLAN  
OKTOBER – DEZEMBER 2022

LES MILLS



ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
7.15		<b>LES MILLS BODYBALANCE</b>				
9.00				<b>LES MILLS BODYBALANCE</b>		
9.30						<b>LES MILLS RPM</b>
12.15		<b>YOGA LUNCH</b>	STRENGHT.45	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b>		
18.00	STRENGHT.45		<b>LES MILLS RPM</b>		<b>LES MILLS sprint</b>	
18.30				<b>LES MILLS BODYBALANCE</b>		
19.00					<b>LES MILLS barre</b>	
19.30	<b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	<b>LES MILLS barre</b>	<b>LES MILLS RPM</b>	<b>YOGA NITE</b>		

Probetraining nur auf Anmeldung

Wenige, einzelne Kurse verfügen noch über freie Plätze

Die Cycling-Kurse LES MILLS RPM und LES MILLS SPRINT sind bis Dezember ausgebucht!