

Kursplan

Stand: September 2020

LEXFIT

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						Fit-Mix ● 09:30 - 10:20 Mit Trainerin Angela Kursraum
						Zumba ● 10:30 - 11:20 Mit Trainerin Angela Kursraum
Bodyweight Classes ● 18:00 - 18:50 Mit Trainerin Katja Kursraum	TRX ● 18:00 - 18:50 Mit dem LEXFIT Team Kursraum	Bodystyling ● 18:00 - 18:50 Mit Trainerin Sabine Kursraum	Mobility and Balance ● 18:00 - 18:50 Mit dem LEXFIT Team Kursraum	Muay Thai Fit ● 18:30 - 19:30 Mit Trainer Cenk Kursraum		
Bauch, Beine, Po ● 19:00 - 19:50 Mit Trainerin Katja Kursraum	Yoga ● 19:00 - 20:00 Mit Trainerin Ariane Kursraum	Power Dumbell ● 19:00 - 19:50 Mit Trainerin Sabine Kursraum	Ladies Bootcamp ● 19:00 - 19:50 Mit Trainerin Johanna Kursraum			