

20.05. – 26.05. 2024

Kurse im La Vita

Pfingstmontag

Studio geöffnet 10-13h

10:00 Spinn 60' (Kursraum)

11:15 Zumbafitness & Dehnen 60' (Kursraum)

Dienstag

08:05 BALLance 30' (hybrid)

09:00 Easy Step & Shape 45' (Kursraum)

10:00 Bodypump 60' (Kursraum)

17:30 Easy Step 45' (Kursraum)

18:30 Astanga Yoga 85' (Kursraum)

20:05 Functional BALLance 45' (hybrid)

Mittwoch

09:00 Funktionsgymnastik 60' (Kursraum)

10:15 Rückenyooga & Dehnen 75' (Kursraum)

12:15 BALLance 30' (hybrid)

15:50 Rückenyooga & Dehnen 60' (Kursraum)

17:00 FatburnerStep 45' (Kursraum)

17:55 Shadowboxen & Powershape 55' (Kursraum)

18:00 Happy Feet 45' (hybrid)

19:00 Bodypump 60' (Kursraum)

20:15 Bodybalance 45' (hybrid)

Donnerstag

09:20 Rückenfit 60' (hybrid)

15:30 Bodypump 60' (Kursraum)

17:00 Spinn 60' (Kursraum)

18:15 PowerShape 60' (hybrid)

19:30 Dance 45' (Kursraum)

Freitag

09:00 Step 2 45' (Kursraum)

10:00 Bodyshape 45' (hybrid)

11:00 Easy Step 45' (Kursraum)

16:45 Fatburner Step 45' (Kursraum)

18:00 Pilates 60' (Kursraum)

19:15 Rückenyooga 60' (Kursraum)

Samstag

10:15 Bodypump 60' (Kursraum)

11:30 BALLance 45' (Kursraum)

12:30 Power Pilates 60' (Kursraum)

Sonntag

10:15 Spinn 60' (Kursraum)

11:30 Bodyshape 45' (Kursraum)

16:30 Rückenyooga 90' (Kursraum)

Bitte meldet euch weiter zu den Kursen an.