

## Kursprogramm

MO	06:00 – 06:55 Uhr 08:30 – 09:30 Uhr 18:30 – 19:30 Uhr 19:30 – 20:30 Uhr	<b>FUNTONE</b> <b>PILATES</b> <b>BODYTONING</b> <b>JUMPIT</b>	Janine Rebecca Meli Birgit
DI	18:00 – 19:00 Uhr 19:00 – 20:00 Uhr	<b>YOGA</b> <b>MUSCLE PUMP</b>	Rebecca Dora
MI	09:00 – 10:00 Uhr  18:00 – 19:00 Uhr  19:00 – 20:00 Uhr	<b>YOGA für Schwangere</b> <b>und alle anderen</b> <b>GANZKÖRPER</b> <b>POWERWORKOUT</b> <b>PILATES</b>	Rebecca  Mary  Rebecca
DO	06:00 – 06:55 Uhr 08:30 – 09:30 Uhr 19:00 – 20:00 Uhr	<b>FUNTONE</b> <b>PILATES</b> <b>MUSCLE PUMP</b>	Janine Rebecca Dora
FR	09:00 – 10:00 Uhr 19:00 – 20:15 Uhr 20:15 – 21:00 Uhr	<b>BODYTONING</b> <b>HIP HOP STYLE</b> <b>ZUMBA</b>	Meli Patrizia Maria
SA	10:00 – 11:00 Uhr	<b>BODYTONING*</b>	Meli
SO	09:00 – 10:00 Uhr 11:00 – 12:00 Uhr	<b>YOGA</b> <b>MUSCLE PUMP</b>	Rebecca Dora

\* Jeweils am 1. Samstag im Monat

**Platzreservation in allen Kursen bitte immer über die Polygon Fitness App!**