

## Kursprogramm

MO	06:00 – 06:45 Uhr	<b>LES MILLS TONE</b>	Janine
	08:30 – 09:30 Uhr	<b>PILATES</b>	Rebecca
	18:30 – 19:30 Uhr	<b>BODYTONING</b>	Meli
	19:30 – 20:30 Uhr	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b>	Maksym
DI	09:00 – 10:00 Uhr	<b>YOGA</b>	Carmen
	18:00 – 19:00 Uhr	<b>YOGA</b>	Rebecca
	19:00 – 20:00 Uhr	<b>MUSCLE PUMP</b>	Dora
MI	18:00 – 18:45 Uhr	<b>LES MILLS TONE</b>	Janine / Patrizia
	19:00 – 19:45 Uhr	<b>ZUMBA</b>	Patrizia
DO	06:00 – 06:45 Uhr	<b>LES MILLS TONE</b>	Janine
	08:30 – 09:30 Uhr	<b>PILATES</b>	Rebecca
	19:00 – 20:00 Uhr	<b>MUSCLE PUMP</b>	Dora
FR	09:00 – 10:00 Uhr	<b>BODYTONING</b>	Meli
	19:15 – 20:15 Uhr	<b>HIP HOP STYLE</b>	Patrizia
	20:15 – 21:00 Uhr	<b>ZUMBA</b>	Patrizia
SA	10:00 – 11:00 Uhr	<b>BODYTONING*</b>	Meli
	09:00 – 09:45 Uhr	<b>LES MILLS TONE**</b>	Janine
SO	09:00 – 10:00 Uhr	<b>YOGA</b>	Rebecca
	11:00 – 12:00 Uhr	<b>MUSCLE PUMP</b>	Dora

\* Jeweils am 1. Samstag im Monat

\*\* Jeweils am 3. Samstag im Monat

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