

Kursprogramm

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

* Jeweils am 1. Samstag im Monat

** Jeweils am 3. Samstag im Monat

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