

# Kursplan

22.02.2021 - 28.02.2021

vitaMAX  
Moorweg 70  
24582 Bordesholm  
04322 752666  
infobordesholm@vita-max.de

vitaMAX<sup>®</sup>  
Kompetenz für Ihre Gesundheit

Montag 22.02.2021	Dienstag 23.02.2021	Mittwoch 24.02.2021	Donnerstag 25.02.2021	Freitag 26.02.2021	Samstag 27.02.2021	Sonntag 28.02.2021
<p>09:30 - 10:30 BBP Workout</p> <p>10:30 - 11:30 Rücken Fit</p> <p>18:00 - 19:00 Step Aerobic</p> <p>19:00 - 20:15 Kraft Workout</p>	<p>08:30 - 09:30 Seinor Fit</p> <p>09:30 - 10:30 Pilates</p> <p>10:30 - 11:30 Zumba® Fitness</p> <p>18:00 - 18:45 Easy Step</p> <p>18:45 - 19:55 Step Aerobic</p> <p>20:00 - 21:15 Yoga</p>	<p>16:00 - 17:00 Jumping Fitness</p> <p>17:00 - 18:00 Yoga Stretch</p> <p>18:00 - 19:00 Rücken Fit</p> <p>19:00 - 20:00 Pilates</p>	<p>09:30 - 10:30 Fit Balance</p> <p>10:30 - 11:30 Zumba® Gold</p> <p>17:30 - 18:30 Zumba® Fitness</p> <p>17:30 - 18:30 Jumping Fitness</p> <p>18:30 - 19:00 Short Power</p> <p>19:15 - 20:15 Jumping Fitness</p>	<p>09:00 - 10:00 Pilates</p> <p>10:00 - 11:00 Fit Mix</p> <p>15:45 - 16:45 Pilates</p> <p>17:00 - 18:00 Kraft Workout</p> <p>18:30 - 19:30 Jumping Fitness</p>	<p>10:30 - 11:30 Rücken Fit</p> <p>11:30 - 12:30 Fatburner</p> <p>15:00 - 16:00 Indoor Cycling</p>	<p>11:00 - 12:00 Indoor Cycling</p>

■ Kondition & Fett...
 ■ Kräftigung & Str...
 ■ Körper & Entspan...
 ■ Rücken & Gesundh...

📄 nur mit Anmeldun...

Stand: 27.02.2021