

# LIFELETIX-Kursplan

Datum ab dem: 24.10.2024

	Montag	Dienstag	Mitwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00 Uhr						
08:30 Uhr			(Fit) Pilates (Jacky)			
09:00 Uhr						
09:30 Uhr						
10:00 Uhr	(Fit) Pilate (Laaya)				(Fit) Functional Training (Dimi)	
10:30 Uhr						
11:00 Uhr		(Fit) Functional Training (Laaya)				(Fit) Pilates (1) (Marina)
11:30 Uhr						(Fight) Kick- & Boxtraining (Dimi)
12:00 Uhr						(Fit) Pilates (2) (Marina)
12:30 Uhr						(Fit) Crosstraining (Dimi)
13:00 Uhr						
13:30 Uhr						
14:00 Uhr						
14:30 Uhr						
15:00 Uhr						
15:30 Uhr						
16:00 Uhr						
16:30 Uhr						
17:00 Uhr						
17:30 Uhr						
18:00 Uhr	(Fit) Yoga / (Fight) Boxen (Jacky) / (Dimi)		(Fit) Strong Pilates (Anastasiya)	(Fight) Fitnessboxen		
18:30 Uhr						
19:00 Uhr		(Fit) Crosstraining (Dimi)		(Fit) Body HIIT (Dimi)		
19:30 Uhr						