Kursplan

13.05.2024 - 19.05.2024

fit³
Bürgermeisterwiese 2
35745 Herborn

0 27 72 92 24 50
info@fithochdrei.de

Montag 13.05.2024	Dienstag 14.05.2024	Mittwoch 15.05.2024	Donnerstag 16.05.2024	Freitag 17.05.2024	Samstag 18.05.2024	Sonntag 19.05.2024
08:00 - 09:00 Guten Morgen Yoga	08:15 - 09:00 Reha Sport	09:00 - 10:00 Pilates	09:00 - 10:00 Yoga Level I - II	09:30 - 10:30 Indoor Cycling*	09:00 - 10:00 Yoga Einsteiger	
09:30 - 10:30 Indoor Cycling*	09:15 - 10:15 Iron Fit	10:15 - 10:45 §20 Funktionelles Z...	10:30 - 11:15 Reha Sport	09:30 - 10:30 Pilates	10:15 - 11:45 Yoga Level I - II	
09:30 - 10:15 Reha Sport	10:15 - 10:45 BALLance	17:15 - 18:15 TRX	11:30 - 12:15 Reha Sport	11:00 - 11:30 BALLance		
11:00 - 11:30 Stretching	11:00 - 11:45 Reha Sport	18:00 - 19:30 Yoga Level I - II	17:30 - 18:30 Bogenschießen	16:30 - 18:00 Yoga Level I - II		
15:30 - 16:15 Reha Sport	12:00 - 12:45 Reha Sport	18:15 - 19:00 HIIT	17:30 - 18:15 Reha Sport	16:30 - 17:15 Reha Sport		
17:00 - 18:30 Yoga Level II	13:00 - 13:45 Reha Sport	18:45 - 19:45 Indoor Cycling*	18:30 - 19:30 Pilates	17:30 - 18:30 Bogenschießen		
17:30 - 18:30 TRX	16:00 - 16:45 Reha Sport	19:00 - 20:00 Fatburner	18:30 - 19:00 Bauch | Rücken	17:45 - 18:15 Bauch | Rücken		
18:00 - 19:00 Iron Fit	17:00 - 17:45 Reha Sport		18:45 - 19:45 Indoor Cycling*	18:30 - 19:30 Stepdance		
18:30 - 20:00 Yoga Arborn	17:15 - 18:15 Bogenschießen		19:00 - 20:00 Iron Fit	18:30 - 19:30 Gute Nacht Yoga		
18:45 - 19:45 Yoga Einsteiger	18:00 - 19:00 Pilates		20:00 - 20:30 BALLance			
19:00 - 20:00 Indoor Cycling*	18:45 - 19:45 Indoor Cycling*					

Stand: 19.05.2024

* bitte in die L...

Funktionelles Zi...

Gruppenfitness

Indoor Cycling

Reha Sport

Yoga & Entspannu...

Kursplan

13.05.2024 - 19.05.2024

fit³
Bürgermeisterwiese 2
35745 Herborn

0 27 72 92 24 50
info@fithochdrei.de

Montag 13.05.2024	Dienstag 14.05.2024	Mittwoch 15.05.2024	Donnerstag 16.05.2024	Freitag 17.05.2024	Samstag 18.05.2024	Sonntag 19.05.2024
19:00 - 20:00 **Flexibar meets IO B...**	**19:00 - 20:00** **Functional Interval...**					

Stand: 19.05.2024

* bitte in die L...

Funktionelles Zi...

Gruppenfitness

Indoor Cycling

Reha Sport

Yoga & Entspannu...