

# Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

**Fitness for Fun** fitness4fun  
 Jochbergerstr. 98  
 6370 Kitzbühel  
 05356 63412  
 fitness-for-fun@kitz.net

Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
09:00 - 10:00 Qi Gong	08:00 - 09:00 Yoga	09:00 - 10:00 Bodystyling	09:00 - 10:00 Spinning	08:00 - 09:00 Yoga		
09:00 - 10:00 Bodyworkout	09:00 - 10:00 Step Aerobic	09:00 - 10:30 YOGA	09:00 - 10:00 Call/Qi Gong	09:00 - 10:00 Gesunder Rücken		
10:00 - 11:00 Gesunder Rücken	09:00 - 10:00 Call/Qi Gong	10:00 - 11:00 Rücken Fit	10:00 - 11:00 Bodyworkout	09:00 - 10:00 Pilates		
10:00 - 11:00 Zumba®	10:00 - 11:00 Bodystyling	10:30 - 11:00 KLANGSCHALE	10:00 - 11:00 Thera Gym			
18:30 - 19:30 Bodystyling	10:00 - 11:00 Thera Gym	18:30 - 19:30 Bauch-Beine-Po	18:30 - 19:30 Bodyworkout			
19:00 - 19:55 SPINNING	17:30 - 18:30 Callanetics	19:30 - 20:30 Step Aerobic	18:30 - 19:30 Spinning			
19:30 - 20:30 Faszientraining	18:30 - 19:30 Gesunder Rücken	20:00 - 21:00 BBP + Faszientraining...	18:30 - 19:25 SPINNING			
	18:30 - 19:30 Spinning		19:00 - 19:55 FLOW-YOGA			
	18:30 - 19:55 YOGA		19:30 - 20:30 Zumba®			

■ Ausdauer    
 ■ Dance & Fun    
 ■ Figur    
 ■ Gesundheit  
■ Kraft

Stand: 13.12.2017

# Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017


**Fitness for Fun**   
Jochbergerstr. 98  
6370 Kitzbühel  
05356 63412  
fitness-for-fun@kitz.net

Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
	<p>18:30 - 19:25 SPINNING</p> <p>19:30 - 20:30 Yoga</p> <p>20:00 - 20:30 KLANGSCHALE</p>					

 Ausdauer  
 Kraft

 Dance & Fun

 Figur

 Gesundheit

Stand: 13.12.2017