

LADY'S GENT'S

FITNESS POINT

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09:15-10:00 Reha Sport*	09:00-10:00 RÜCKENFIT		09:30-10:30 BODYSTYLING		
10:00-11:00 BODYSTYLING	10:00-10:45 REHA-HOCKER*	10:00-11:00 BODYSTYLING	11:00-12:15 Yoga	10:30-11:30 YOGILATES	10:30-11:30 RÜCKENFIT	10:30-11:30 PILATES
11:00-11:30 RÜCKEN & FASZIEN					11:30-12:30 IRONFIT	11:30-12:30 YOGA
					Öffnungszeiten MO-FR 9:00-21:00 SA & SO 10:00-16:00 Thie 1, 30539 Hannover Telefon: 0511 80 60 93 93 Die Kurse finden ab 4 Teilnehmer statt. Nach Kursbeginn kein Einlass www.lgfitnesspoint.de	
17:00-17:30 BAUCH SPEZIAL	17:00-18:00 RÜCKENFIT		17:00-18:00 POWER ZIRKEL			
17:30-18:30 POWER ZIRKEL	18:00-19:00 YOGA	18:00-18:30 BAUCH SPEZIAL	18:00-19:00 BODYSTYLING			
19:00-20:00 ZUMBA	19:00-19:30 TABATA	18:30-19:30 RÜCKENFIT		19:00-20:00 ZUMBA		

*Bewegung Leben e.V. nur mit ärztlicher Verordnung/geschlossener Kurs

Stand 05/2024