



BODYDAYS.at
Fitness Fun Family

Infos beim Instructor, www.bodydays.at, Bodydays Hotline 0699 1234 1212




Group-Fitness im MaXX

Jedlersdorferstrasse 94, 1210 Wien

MaXX
www.SPORTCENTERS.info

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15			09:15 Yoga 75 min Ingrid 				
09:30	09:30 Rückenfit Dani 	09:30 Rückenfit & Pilates Sarah 		09:30 Rückenfit & Pilates 75 min Daniela 	09:30 Rückenfit Tanja 		
10:00						10:00 Pumping Patricia 	
10:30	10:30 Jumping® Dani 	10:30 Bodywork Sarah 	10:30 Yoga & Rückenfit Ingrid 		10:30 Yogalates Tanja 		10:30 Family Jumping® Dani 
11:00						11:00 Piloxing® Patricia 	
11:30							

Du willst abnehmen, Spaß haben, fit werden? Komm in unsere Kurse, wir freuen uns auf Dich! Nimm Deine Kids mit zum Kurs, Teilnahme ab 6 Jahren möglich!

16:00							
16:30		16:30 Family Zumba® Vicky 					
17:00							
17:30		17:30 Rückenfit Vicky 	17:30 Jumping® Christian 	17:30 Piloxing Barre® Kathi 	17:30 Piloxing® Vicky 		17:30 Jumping® Katarina 
18:00	18:00 Pilates Sarah 						
18:30		18:30 XCO® LW by Jackie Vicky 	18:30 Breakletics® Rene 	18:30 Hip Hop Rene 	18:30 Breakletics® Vicky 		18:30 Salsation® Babsy 
19:00	19:00 Jumping® Sarah 						
19:30		19:30 Zumba® Rob 	19:30 Fit&Funky™ Rene 	19:30 Fit&Funky™ 75 min Rene 	19:30 Zumba® 90 min Rob 		
20:00	20:00 Breakletics® Rene 						
20:30		20:30 Strong by Zumba® Rob 					
21:00							
Farbe:	Haltung	Ausdauer	Kräftigung	Jumping®			



Einheiten dauern 50 Minuten, falls nicht anders angegeben. Abweichungen und Umbesetzungen des Kursplans sind möglich.
Stand: 01.01.2018, Tagesaktuelle Info findest Du auf www.bodydays.at

**DEIN ERSTER BESUCH IST GRATIS!
KOMM UND MACH MIT!**