

Winterkursplan



gültig ab 01.12.2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30 - 10:00 Bauch Beine Po Vroni	09:30 - 10:20 Healthy-Workout Bettina	09:45 - 10:15 Fit&Vital Teja	09:00 - 10:00 Rücken Fit Karen	09:20 - 10:10 Pilates Silvia	NEU! 10:05 - 10:50 Zumba (E) Aysun	
10:10 - 10:55 Rücken Fit Vroni	10:30 - 11:20 Rücken Fit Bettina	10:30 - 11:30 Faszien-Mobility Teja	10:10 - 11:00 Pilates Karen	10:20 - 11:20 Kundalini Yoga Silvia	11:00 - 12:00 Zumba (M/F) Balázs	
11:00 - 11:45 Rücken Fit Vroni	11:30 - 12:15 / 12:20 - 13:05 Rehasport* Orthopädie		NEU! 11:10 - 12:00 Indoor Cycling Karen			
		17:45 - 18:15 Bauchkiller Sophie	17:00 - 17:45 Rehasport* Orthopädie			NEU! 16:45 - 17:30 Boxing Workout Nina
18:00 - 19:00 Workout Bettina	18:00 - 19:00 Zumba Aysun	18:20 - 19:10 Rücken Fit Vroni	18:10 - 19:00 Fatburner Teja	18:00 - 18:45 Figur-Express Fabian		NEU! 17:40 - 18:30 Bewegter Rücken Nina
19:00 - 19:45 Strength Sophie	19:10 - 20:00 Rücken Fit Karen	18:20 - 19:00 Fit&Vital Sophie	19:10 - 20:10 Body&Mind Alessia	NEU! 18:50 - 19:50 Indoor Cycling Sabine		
19:10 - 20:00 Zumba Nicole		19:20 - 20:05 Smoovey-Workout Vroni				
20:10 - 21:10 Faszien-Mobility Teja						



Öffnungszeiten Wellness:

Sauna während des gesamten Studiobetriebs

Dampfbad, Freitags ab 16:00 Uhr und das gesamte Wochenende!

Öffnungszeiten:

Mo & Mi 09:00 - 22:30 Uhr
Di & Do 08:00 - 22:30 Uhr
Fr 09:00 - 21:30 Uhr
Sa 09:00 - 19:00 Uhr
So 09:00 - 20:30 Uhr

in.punkto Fitness & Gesundheit
Siriusstraße 9, 85614 Eglharting
Tel. 08091-1200

in.punkto
fitness & gesundheit