

Frühjahr / Sommer



Kursplan fitsport Buxtehude ab 23.03.2012

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Halle 1	Halle 2	Halle 1	Halle 2	Halle 1	Halle 2	Halle 1	Halle 2	Halle 1	Halle 2
Pilates 9:15 – 10:05		Rücken & Bauch intensive 9:15 – 10:05			Cycling 9:15 – 10:15	Workout 9:15-10:05		Pilates 9:15 – 10:05	
BBP 10:10 – 11:00	Basic – Cycling 10:05-11.00	 10:10-11:10		Yoga 10:30 –11:20		Bauch pur 10:10 – 10:30			Cycling 10:15 –11:15
Pilates 18:15 – 19:05		Fit ab 40 18:15 –19:05		BBP 18:15 – 19:05			Intro Basic–Cycling 18:00 – 18:10		
Workout 19:10 – 20:00	Cycling 19:15 – 20:15	Hot Iron 19:15 – 20:15		Fatburner 19:10 – 20:00		Rücken 19:10 – 20:00	Basic – Cycling 18:10 – 19:10		Cycling 19:15 –20:15
					Cycling 20:15-21:15	Hot Iron 20:15 – 21:15			



Öffnungszeiten Mo-Fr 09:00-22:30 Uhr
Sa 12:00-20:00 Uhr
So 10:00-18:00 Uhr

Kinderh☺rt Mo + MI + FR 09:00-12:00 Uhr

Sauna Mo-Fr 10:00-22:00 Uhr
Sa 12:30-19:30 Uhr
So 10:30-17:30 Uhr



Tel. 04161- 55 66 0

Samstag ☺		Sonntag ☺	
Halle 1	Halle 2	Halle 1	Halle 2
			Cycling 11.00 – 12.00
Power Workout 12:30 – 13:30		...schönen Sonntag ☺☺ 	



Bei Kursänderungen oder Kursausfall versuchen wir immer eine passende Vertretung zu finden, was uns aber nicht immer möglich ist. Deshalb bitten wir vorab um Euer Verständnis.