

# Group – Fitness ab Jänner 2019

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

8:00 Morgen  
Meditation

8:30 – 9:20  
Wirbelsäule

9:30 – 10:20  
Faszien Yoga

10:30 – 11:20  
Wirbelsäule

16:00 – 16:50  
Kids Kung Fu

17:00 – 17:50  
Bodystyling

18:00 – 18:50  
Body – Work

19:00 – 19:50  
Rücken – Yoga

8:00 – 8:50  
Soft Yoga

9:00 – 9:50  
Wirbelsäule

*Fitnessstraining*

*Gesundheitstraining*

*www.JuKiFit.com: Kindertraining*

17:00 – 17:50  
Wirbelsäule

18:00 – 18:50  
Step & Tone

8:00 – 8:50  
Wirbelsäulen –  
Qi Gong

9:00 – 9:50  
Yoga Basics

16:00 – 16:50  
Kids Kung Fu

17:00 – 17:50  
Faszien Yoga

18:00 – 18:50  
Step Fatburner

19:00 – 19:50  
DeepWork®

8:00 – 8:50  
Bodystyling

9:00 – 9:50  
Wirbelsäule

10:00 – 10:50  
Rücken – Yoga



17:00 – 17:50  
Pilates

18:00 – 18:50  
Yoga Basics

19:00 – 19:50  
Fatburner

8:30 – 9:20  
Fatburner

9:30 – 10:20  
Pilates

15:30 – 16:50  
Kinder Hip Hop

17:00 – 17:50  
Wirbelsäule

18:00 – 18:50  
Bodystyling

8:00 – 8:50  
Faszien Yoga

9:00 – 9:50  
Zumba®

10:00 – 10:50  
Bodystyling

Sonn- u.  
Feiertag

9:00 – 9:50  
Bodystyling

10:00 – 10:50  
Yoga Basics