

Gruppenfitness **RAINER** Wochenplan

Montag

8-8:50
Wirbelsäule

10:10-11:00
Wirbelsäule

17:30-18:20
Jump & Tone
18:30-19:20
Bodystyling

Dienstag

8-8:50
Bodystyling

17:00-17:50
Wirbelsäule
18:00-18:50
Rücken Yoga
19:00-19:50
Bodystyling

Mittwoch

8-8:50
Wirbelsäule

17-17:50
Total Body
Workout

Donnerstag

17:00-17:50
Pilates
18-18:50
Jump & Tone

Freitag

9-9:50
Pilates

16:30-17:20
Power Yoga

Samstag

8-8:50
Faszien Yoga
9-9:50
Bauch-Beine-Po
10-10:50
Jump & Tone

**Buche eine kostenlose
Schnuppereinheit:**



groupfitness.rainerfitness.at

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 6 - 22 Uhr
Sa., So. & Feiertag
7 - 20 Uhr