

# Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

Fitness Factory  
 Freiburger Straße 7  
 75179 Pforzheim  
 0 72 31 / 3 33 10  
 info@fitness-factory-pforzheim.de



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
09:30 - 10:30 Fit in die Woche	08:30 - 09:15 60+ FunktionGym	09:30 - 10:30 Bodyforming	09:30 - 10:30 Fit in Form	09:30 - 10:30 Hot Iron System	11:30 - 12:30 Spinracing (ab 13.1...	10:30 - 11:30 Hot Iron System
10:30 - 11:30 RückenGym	09:30 - 10:30 Pilates	10:30 - 11:30 Spinracing	10:30 - 11:30 Stretching	10:30 - 11:30 Spinracing	12:30 - 13:30 Yoga	10:30 - 11:30 Spinracing (ab 14.1...
17:30 - 18:30 Step	10:30 - 11:00 Faszientraining	10:30 - 11:30 Fit für Alle	17:30 - 18:30 PilatesFlow	17:30 - 18:30 Bodyforming		11:30 - 12:00 Bauch Spezial
17:30 - 18:30 Spinracing (ab 8.10...	17:30 - 18:30 RückenGym	17:30 - 18:30 Hot Iron System	17:30 - 18:30 Spinracing (ab 11.1...	18:30 - 19:30 Hot Iron System		
18:30 - 20:00 Spinracing	18:30 - 19:30 DeepWork	18:30 - 19:30 Spinracing	18:30 - 19:30 Spinracing	19:30 - 20:30 RückenGym		
18:30 - 19:30 Bodyforming	18:30 - 19:30 Spinracing (ab 9.10...	18:30 - 19:30 Fatburner	18:30 - 19:30 Bodyworkout	20:30 - 21:00 Faszientraining		
	19:30 - 20:30 Spinracing	19:30 - 20:30 RückenGym	19:30 - 20:30 Yoga			
	19:30 - 20:00 Bauch Spezial	19:30 - 20:30 Spinracing (ab 31.1...				
	20:00 - 21:30 Fitness durch Krav ...					

- Ausdauer
- Entspannung
- Figur
- Gesundheit
- Kraft

Stand: 21.02.2019