

Gymnastikplan

Montag

SONNE	9:30 – 10:15 Bodystyle (A)
STERNE	9:30 – 10:25 Pilates & Co.
SONNE	10:30 – 11:25 Forever Fit (A)

Dienstag

SONNE	9:30 – 10:25 Cardio Step (F)
SONNE	10:30 – 11:15 Bodystyle (A)
SONNE	11:15 – 12:15 Wirbelsäule (A)

Mittwoch

SONNE	9:30 – 10:25 Fatburner I (M)
CYCLING	9:30 – 10:30 Schwinn Indoor Cycling (A-F)
SONNE	10:30 – 11:25 Wirbelsäule (A)
SONNE	11:30 – 12:30 Wirbelsäule Fit Ball (A)

Donnerstag

SONNE	9:30 – 10:15 BBP (A)
SONNE	10:30 – 11:30 Zumba (A)

Freitag

SONNE	9:30 – 10:15 BBP (A)
SONNE	10:15 – 11:15 Calorieburner (M-F)

Samstag

SONNE	10:30 – 11:55 Power Step (F)
SONNE	12:00 – 12:55 Fatburner (M)

Sonn- /Feiertag

SONNE	10:30 – 11:25 Calorieburner (M-F)
SONNE	11:30 – 12:15 BBP (A)



INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS
INJOY Vital- und Gesundheitszentrum

Kolpingstr. 54, 86916 Kaufering

Tel: 08191 / 96430

E-mail: info@injoy-kaufering.de

www.injoy-kaufering.de

SONNE	18:30 – 19:25 Cardio Step (F)
CYCLING	19:00 – 20:00 Schwinn Indoor Cycling (M-F)
STERNE	19:30 – 20:15 Bodystyle (A)
SONNE	20:00 – 21:00 Power Muscles (F)
STERNE	20:20 – 21:30 Power Yoga (A)

SONNE	17:30 – 18:15 BBP (A)
SONNE	18:30 – 19:25 Fatburner !!! (M)
SONNE	19:30 – 20:30 Wirbelsäule (A)
STERNE	19:00 – 20:00 Thai Bo (M-F)

SONNE	18:45 – 19:40 Wirbelsäule (A)
CYCLING	18:30 – 19:30 Schwinn Indoor Cycling (M-F)
SONNE	20:00 – 21:00 Zumba (A)

SONNE	18:30 – 19:25 Cardio Step (F)
STERNE	19:30 – 20:30 Pilates & Co. (A)
SONNE	19:30 – 20:30 Hot Iron (M)

SONNE	18:30 – 19:25 Step & Pump (M-F)
CYCLING	19:40 – 20:40 Schwinn Indoor Cycling (M-F)
SONNE	19:45 – ca. 20:30 ABC Stunde Einweisung Gymnastik

TANZKURSE

Montag

Seminarraum	20:00 – 21:00 Tanzkreis
Seminarraum	21:00 – 22:00 Tanztechnik

Freitag

Seminarraum	20:00 – 22:00 Tango-Kreis
Seminarraum	21:00 – 22:00 Tanzkreis

Donnerstag

Seminarraum	19:00 – 20:00 Salsa-Kreis
-------------	-------------------------------------

Sonntag

Seminarraum	16:00 – 17:00 Tanzkreis
-------------	-----------------------------------