

GRUPPENFITNESSPLAN

Home of Fitness / Fit for Life GmbH
 Anton-Gies-Straße 4, 88131 Lindau
 TELEFON: 08382/79798
 E-MAIL: info@home-of-fitness.biz
 WEB: www.home-of-fitness.biz

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag 8:30 - 21:00 Uhr
 Samstag & Sonntag 9:00 - 15:00 Uhr
 Feiertage 10:00 - 14:00 Uhr

HOME of FITNESS

Partnerstudio von



GF- Plan Gültig ab 06.11.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	Sonntag
8:45 - 9:45 BODYPUMP virtuell	9:00 - 10:00 BODYCOMBAT virtuell	8:30 - 9:00 CORE virtuell	8:30 - 9:00 CORE mit Trainer	8:45 - 9:45 BODYPUMP mit Trainer	9:30 - 10:30 Reha Sport	8:45-9:30 Reha Sport ab den 19.11.
10:00 - 10:30 CORE virtuell	10:30 - 11:30 Pilates mit Trainer	9:15 - 10:15 RPM mit Trainer	9:15 - 10:15 BODYBALANCE mit Trainer	10:10 - 11:10 RPM mit Trainer	11:30 - 12:30 RPM mit Trainer	9:30-10:30 Yoga mit Trainer
11:00 - 12:00 BODYCOMBAT virtuell	11:35 - 12:35 BODYCOMBAT virtuell	10:45 - 11:30 Reha Sport	11:40-12:40 BODYCOMBAT virtuell	11:20 - 12:20 BODYCOMBAT virtuell	13:00- 14:00 BODYPUMP virtuell	10:30-11:30 RPM virtuell
12:00 - 13:00 BODYPUMP virtuell	12:40 - 13:40 BODYPUMP virtuell	12:00-13:00 BODYPUMP virtuell	12:40 - 13:40 BODYPUMP virtuell	12:30 - 13:30 BODYPUMP virtuell		11:30-12:30 BODYPUMP virtuell
13:00 - 14:00 RPM virtuell	13:45 - 14:45 RPM virtuell	13:00 - 14:00 BODYPUMP virtuell	13:40 - 14:40 RPM virtuell	14:30 - 15:30 Karate (Vorschule)		12:30-13:30 BODYCOMBAT virtuell
14:00 - 15:00 BODYCOMBAT virtuell	15:00 - 16:00 BODYPUMP virtuell	14:00 - 15:00 RPM virtuell	14:45-15:15 CORE virtuell	15:30 - 16:30 Karate (6-8 Jahre)		
17:15 - 18:00 Reha Sport	16:00 - 17:00 RPM virtuell	Neu 16:30-17:30 BODYPUMP mit Trainer	17:00 - 18:00 RPM mit Trainer	16:30 - 17:30 Karate (8-13 Jahre)		
18:15 - 19:15 BODYPUMP mit Trainer	18:15 - 18:45 CORE mit Trainer	17:45 - 18:45 RPM mit Trainer	18:15 - 18:45 CORE mit Trainer	17:30 - 18:30 Karate (ab 13 Jahre)		
19:15 - 20:15 Pilates mit Trainer	19:00 - 20:00 BODYCOMBAT mit Trainer	18:45-19:45 BODYBALANCE mit Trainer	19:00 - 20:00 BODYCOMBAT mit Trainer	19:00 - 20:00 BODYPUMP mit Trainer		