

KURSPLAN

GÜLTIG AB 01. OKTOBER 2018 IN DER STOBWASSERSTRASSE

Bitte beachten: Organisationsbedingte Änderung der Kurse vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10:00 – 10:30 Gesunder Rücken Kursraum	10:00 – 10:45 Best Age Kursraum	10:00 – 10:30 Wirbelsäule Kursraum	10:00 – 10:45 Best Age Kursraum		
	17:30 – 18:00 BBP Express Kursraum		17:30 – 18:00 BBP Express Kursraum	17:30 – 18:00 BBP Express Kursraum	
18:00 – 18:30 Workout Xpress Kursraum	18:00 – 19:00 BODYCOMBAT® Kursraum	18:00 – 18:30 Workout Xpress Kursraum	18:00 – 19:00 Pilates Kursraum	18:00 – 19:00 SPECIAL Kursraum	
18:30 – 19:30 BODYCOMBAT® Kursraum	19:00 – 20:00 Box Fitness Kursraum	18:30 – 19:30 Self-Defense-Basics Kursraum	19:00 – 20:00 BODYPUMP® Kursraum	19:15 – 20:15 BODYCOMBAT® Kursraum	
19:30 – 21:00 Wing Tzun (extern) Kursraum		19:30 – 21:00 Wing Tzun (extern) Kursraum			

KURSPLAN

GÜLTIG AB 01. OKTOBER 2018 IM REBENPARK

Bitte beachten: Organisationsbedingte Änderung der Kurse vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
	17:30 – 18:00 Starker Rücken Kursraum	18:30 – 19:25 Zumba® Kursraum	17:00 – 17:25 Bauch & Rücken Kursraum	16:30 – 16:55 Bauch & Rücken Kursraum	11:00 – 11:25 Bauch & Rücken Kursraum
19:00 – 20:00 Tabata Kursraum	18:00 – 19:00 BODYCOMBAT® Kursraum	19:00 – 20:00 Functional Power Functional Area	17:30 – 18:30 Yoga Kursraum	17:00 – 18:00 BODYCOMBAT® Kursraum	11:30 – 12:30 SPECIAL Kursraum
19:00 – 20:00 Functional Power Functional Area	19:00 – 20:00 Functional Power Functional Area	19:30 – 21:30 Box Fitness Kursraum	18:30 – 19:30 Functional Circuit Training Kursraum	18:00 – 19:00 Functional Fighting Functional Area	
20:00 – 20:30 Bauchfit Kursraum	19:00 – 20:00 Bauch, Beine, Po Kursraum		19:00 – 20:00 Functional Power Functional Area	19:00 – 20:00 Functional Power Kursraum	
			19:30 – 20:30 BODYPUMP® Kursraum		

 CARDIOKURSE

 KRÄFTIGUNGSKURSE

 ENTSPANNUNGSKURSE

 BEST AGE KURSE

 SPECIAL

powered by **HYGIA**

Mac VIENNA Fitness GmbH ▪ Stobwasserstraße 2 ▪ 38122 Braunschweig ▪ 0531 / 86 66 6777 ▪ macvienna-fitness.de ▪ Montag – Freitag 08:00 – 22:00 Uhr ▪ Samstag & Sonntag 10:00 – 20:00 Uhr ▪ Feiertag: siehe Aushang

McV! GmbH ▪ Rebenring 31 (Rebenpark) ▪ 38106 Braunschweig ▪ 0531 / 86 66 66 70 ▪ macvienna-fitness.de ▪ Montag – Freitag 07:00 – 22:00 Uhr ▪ Samstag & Sonntag 10:00 – 20:00 Uhr ▪ Feiertag: siehe Aushang

