

Kursplan

30.09.2024 - 06.10.2024

fit³
 Bürgermeisterwiese 2
 35745 Herborn
 0 27 72 92 24 50
 info@fithochdrei.de



Montag 30.09.2024	Dienstag 01.10.2024	Mittwoch 02.10.2024	Donnerstag 03.10.2024	Freitag 04.10.2024	Samstag 05.10.2024	Sonntag 06.10.2024
08:00 - 09:00 Guten Morgen Yoga	08:15 - 09:00 Reha Sport	09:00 - 10:00 Pilates	09:00 - 10:00 Yoga Level I - II	09:30 - 10:30 Indoor Cycling*	09:00 - 10:00 Yoga Einsteiger	
09:30 - 10:30 Indoor Cycling*	09:15 - 10:15 Iron Fit	10:15 - 10:45 \$20 Funktionelles Z...	10:30 - 11:15 Reha Sport	09:30 - 10:30 Pilates	10:15 - 11:45 Yoga Level I - II	
09:30 - 10:15 Reha Sport	10:15 - 10:45 BALLance	17:15 - 18:15 TRX	11:30 - 12:15 Reha Sport	11:00 - 11:30 BALLance		
11:00 - 11:30 Stretching	11:00 - 11:45 Reha Sport	18:00 - 19:30 Yoga Level I - II	17:30 - 18:30 Bogenschießen	16:30 - 18:00 Yoga Level I - II		
15:30 - 16:15 Reha Sport	12:00 - 12:45 Reha Sport	18:00 - 18:45 HIIT	17:30 - 18:15 Reha Sport	16:30 - 17:15 Reha Sport		
17:00 - 18:30 Yoga Level II	13:00 - 13:45 Reha Sport	18:45 - 19:45 Indoor Cycling*	18:30 - 19:30 Pilates	17:30 - 18:30 Bogenschießen		
17:30 - 18:30 TRX	16:00 - 16:45 Reha Sport	19:00 - 19:45 \$20 Funktionelles Z...	18:30 - 19:00 Bauch Rücken	17:45 - 18:15 Bauch Rücken		
18:00 - 19:00 Iron Fit	17:00 - 17:45 Reha Sport	19:00 - 20:00 Fatburner	18:45 - 19:45 Indoor Cycling*	18:30 - 19:30 Stepdance		
18:30 - 20:00 Yoga Arborn	17:15 - 18:15 Bogenschießen		19:00 - 20:00 Iron Fit	18:30 - 19:30 Gute Nacht Yoga		
18:45 - 19:45 Yoga Einsteiger	18:00 - 19:00 Pilates		20:00 - 20:30 BALLance			
19:00 - 20:00 Indoor Cycling*	18:45 - 19:45 Indoor Cycling*					

* bitte in die L...

Reha Sport

Funktionelles Zi...

Yoga & Entspannu...

Gruppenfitness

Indoor Cycling

Stand: 06.10.2024





Kursplan

30.09.2024 - 06.10.2024

fit³
Bürgermeisterwiese 2
35745 Herborn
0 27 72 92 24 50
info@fithochdrei.de



Montag 30.09.2024	Dienstag 01.10.2024	Mittwoch 02.10.2024	Donnerstag 03.10.2024	Freitag 04.10.2024	Samstag 05.10.2024	Sonntag 06.10.2024
<div data-bbox="114 375 369 451">19:00 - 20:00 Flexibar meets IO B...</div>	<div data-bbox="398 375 654 451">19:00 - 20:00 Functional Interval...</div>					

- * bitte in die L...
-  Reha Sport
-  Funktionelles Zi...
-  Yoga & Entspannu...
-  Gruppenfitness
-  Indoor Cycling

Stand: 06.10.2024