

Kursplan Peißenberg

Stand: 28.04.2022



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			9:00-10:00 Rücken mit Babsi	9.00-10.00 Step mit Moni		9:00-10:30 Hatha Yoga mit Noel
18:00-18:45 Aqua mit Irmis	18:30-19:15 Aqua mit Samira	18:00 – 19:00 Cardio meets Core mit Susi	10:15-11.00 Aqua mit Babsi	10:00-11:00 Bodystyling mit Moni		
18:00-19:00 Rücken mit Babsi		19:00 – 20:00 Fullbody – Workout mit Susi	18:00-18:45 Aqua mit Samira	19:30-20:30 Wave mit Rudi		
19:00-20:00 Langhantel Training mit Babsi			19:00-20:00 Wave mit Rudi			
19:30-20:30 Wave mit Rudi						

Anmeldung für die Kurse online unter www.sportstudio-guffanti.de -> *Onlinebuchung Weilheim*

Kursplan Weilheim

Stand: 28.04.2022



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:15-10:45 Yoga Balance mit Noel	9:15-10:15 Functional mit Petra		9:15-10:15 Rückenfitness mit Petra			
9:15-10:15 Workout mit Petra	10:15-11:15 Yoga mit Petra		10:3-11:30 Fatburner mit Petra	17:45-18:45 Zumba mit Vroni		
10:15-11:30 Bauch + Stretch mit Petra	18:15-19:15 Bodystyling mit Johanna		18:30 – 19:30 MaxxF mit Lothar			
18:00-19:00 Zumba mit Vroni	19:00-20:30 Hatha Yoga mit Noel für Anfänger		19:00 -20:30 Yoga für geübte mit Noel			
			20:00-21:00 Indoor Cycling mit Lothar			

Anmeldung für die Kurse online unter www.sportstudio-guffanti.de -> *Onlinebuchung Weilheim*