


Sommerplan 2010 (gültig ab 01.06.2010)

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag		
Gymnastik	Spinning	Physio	Gymnastik	Spinning	Physio	Gymnastik	Spinning	Physio	Gymnastik	Spinning	Physio
					8:00-8:30 Qi Gong						
9:00 - 9:55 Rückentraining	9:00 - 9:55 Spin Effective									9:00 - 9:55 Spin Effective	
10:00 - 10:55 Vital 50 plus						9:30 - 10:30 Bauch-Beine-Po					
	17:00-17:55 Spin Fat Burner										
18:00 - 18:55 Pump-your-Body			18:00 - 18:55 Bodytoning	18:00 - 18:55 Spin Effective		18:00-18:55 Dance Aerobic	18:00 - 18:55 Spin Effective		18:00 - 18:55 Step-Advanced		
19:00 - 19:55 Rückentraining			19:00 - 19:55 Master Step			19:00 - 19:55 Bauch-Beine-Po			19:00 - 19:55 Pump-your-Body	19:00 - 19:55 Spin Effective	
20:00 - 20:55 Easy-Step						20:00 - 20:55 Pilates					
Freitag			Samstag			Sonntag			 <p>Vital GESUNDHEITSZENTRUM Da fühl ich mich wohl!</p> <p>Tel.: (09 51) 9 17 61 21 www.fitvital-gesundheitszentrum.de</p> <p>Bitte beachten Sie auch unsere Spezialangebote und Outdoorveranstaltungen</p>		
Gymnastik	Spinning	Physio	Gymnastik	Spinning	Physio	Gymnastik	Spinning	Physio			
							10:00 - 11:00 Sunday Spin				
	17:00 - 17:55 Spin Fat Burner			16:00-17:30 Spin Special (einmal monatlich)							
18:00 - 18:55 Bauch-Beine-Po											
19:00 - 19:55 Rückentraining											

Ihre Kinder werden betreut:

Montag 8:45 - 12:00 Uhr und 16:45 - 20:15 Uhr
Mittwoch 8:45 - 12:00 Uhr und 16:45 - 20:15 Uhr
Freitag 8:45 - 12:00 Uhr und 16:45 - 20:15 Uhr

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 6:45 bis 23:00 Uhr
Sa. und So. 9:00 bis 20:00 Uhr
Feiertage siehe Aushang

Unsere Kurse werden von manchen Krankenkassen bezuschusst - fragen Sie im Einzelfall bei Ihrer Krankenkasse nach!

Physio Balance

Therapeutische Trainingsbetreuung u. Beratung vormittags/abends im Wechsel u.außerhalb dieser Zeiten nach Vereinbarung!

Mo. bis Fr. 7:00 bis 21:00 Uhr
Sa. nach Vereinbarung