Kursplan INFINITI Fitness

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Uhrzeit
7.30 Uhr								7.30 Uhr
8.00 Uhr								8.00 Uhr
9.00 Uhr	Functional Gymnastics	Zumba	Pilates	TRX	Power Yoga			9.00 Uhr
10.00 Uhr	Core Training	Dehnübungen	Core Training	Dehnübungen		H.I.I.T.	Bootcamp	10.00 Uhr
11.00 Uhr							Dehnübungen	11.00 Uhr
12.00 Uhr	Bootcamp	TRX		Bootcamp	H.I.I.T.			12.00 Uhr
13.00 Uhr								13.00 Uhr
14.00 Uhr							Step Aerobic	14.00 Uhr
15.00 Uhr								15.00 Uhr
16.00 Uhr								16.00 Uhr
17.00 Uhr								17.00 Uhr
18.00 Uhr			Core Training					18.00 Uhr
19.00 Uhr	TRX	Yoga	Pump	H.I.I.T.	Bootcamp			19.00 Uhr
20.00 Uhr	Step Aerobic	Fit-Boxen	Qi Gong	Fit-Boxen				20.00 Uhr
21.00 Uhr								21.00 Uhr