

KURSPROGRAMM Spieker Fitness Schwabmünchen • Bachstraße 13

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning	Aerobic	Spinning
09.15 - 10.00 Step		09.15 - 10.30 Bodystyling meets Rücken		09.15 - 10.00 Rücken aktiv	10.00 - 11.00 Spinning	09.15 - 10.00 Pilates		09.15 - 10.15 Bodystyling		10.15 - 11.15 Bauch Beine Po		10.30 - 11.30 Thai Bo	
10.00 - 11.00 bodyART	Kinderbetreuung: Mo bis Fr 09.00 - 11.30 Uhr			10.00 - 10.15 Stretching		10.00 - 10.45 Bauch Beine Po		10.15 - 10.45 ZUMBA					
18.30 - 19.00 Thai Bo	jetzt auch: Mo + Mi: 17.00 - 19.00 Uhr			17.15 - 18.15 Bodystyling					ab 10/2010 17.00 - 18.00 Spinning	ab 10/2010 16.00 - 17.00 Step			
19.00 - 19.30 Bauch Beine Po	18.00 - 19.00 Spinning		18.00 - 19.00 Spinning	ab 10/2010 18.30 - 19.15 Pilates	18.00 - 19.00 Spinning	18.30 - 19.30 Step		ab 10/2010 17.00 - 18.00 Pump	Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 09.00 - 22.00 Uhr Samstag, Sonntag, Feiertag 10.00 - 18.00 Uhr				
19.30 - 20.00 Zumba		19.15 - 20.15 Thai Bo		19.00 - 19.45 Rückenschule		19.30 - 20.30 bodyART	ab 10/2010 19.15 - 20.15 Spinning	19.00 - 20.00 Thai Bo					
20.10 - 21.50 Kickboxen	SPIEKER FITNESS – von den Krankenkassen zertifiziert!			20.00 - 21.30 Kickboxen	PROBETRAINING GRATIS!								

SPIEKER
 TREFFPUNKT FÜR FITNESS, GYMNASTIK
 UND ERHOLUNG

SCHWABMÜNCHEN
 BOBINGEN
 MERING
www.spiekerfitness.de

Info-Hotline
(08232) 2385

Zahlt Ihre Krankenkasse auch Ihre Fitnessbeiträge?