

# Kursplan

22.01.2018 - 28.01.2018

Avanti Fit  
 Bahnhofstr. 16  
 6130 Schwaz  
 05242 66590  
 info@avanti-fit.at



Montag 22.01.2018	Dienstag 23.01.2018	Mittwoch 24.01.2018	Donnerstag 25.01.2018	Freitag 26.01.2018	Samstag 27.01.2018	Sonntag 28.01.2018
08:30 - 09:15 Spinning	08:15 - 09:00 Spinning	09:00 - 10:00 Callanetics	08:30 - 09:30 Zirkeltraining	09:00 - 10:00 Rückengymnastik		
09:30 - 10:30 Bodystyling	09:15 - 10:15 Rückengymnastik	19:00 - 19:55 Rückenfit	09:30 - 10:30 Bodystyling	19:00 - 20:00 Step		
18:00 - 19:00 Bauch-Beine-Po	18:15 - 19:15 Fighting Fit	20:00 - 21:00 Dance Aerobic	18:00 - 19:00 Callanetics			
19:00 - 20:00 Bodystyling			19:10 - 19:30 Bauch			
20:00 - 21:00 Zumba®						

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit
- Kraft

Stand: 22.01.2018