

# MICHAELS KURSE

MICHAEL K. CLUB MÜNCHEN WEST// FRAUNHOFERSTR. 8 // 82152 PLANEGG

Kursplan ab 01.03.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Bodystyling</b> /Marianna 9 – 10:00 Uhr GYM1	<b>Rückenfit &amp; Bodystyling</b> /Bina 9-10:00 Uhr GYM1	<b>Langhantel</b> /Marianna 9-10:00 Uhr GYM1	<b>RückenFit</b> /Kerstin 9-10:00 Uhr GYM1	<b>BodyPump</b> /Bärbel 9-10:00 Uhr GYM1	<b>Indoor Cycling®</b> /Susie 9:30 – 11:00 Uhr GYM2	<b>Step</b> /s. A. 10 – 11:00 Uhr GYM1
<b>Yoga</b> /Mariana 10 – 11:15 Uhr GYM1	<b>Faszien-Yoga</b> /Bina 10-11:00Uhr GYM1	<b>Dance Fit</b> /Madison 10-10:50Uhr GYM1	<b>Pilates</b> /Kerstin 10-11:00Uhr GYM1	<b>Mobilisation</b> /Phillip 10:15-11:00 Uhr GYM1	<b>Body Fit</b> /Madison 9:30 – 10:20 Uhr GYM1	<b>Body Fit</b> /s. A. 11 – 12:00 Uhr GYM1
		<b>Indoor Cycling</b> /Andi 10-11:00Uhr GYM2		<b>IndoorCycling</b> /Bärbel 10:15-11:15 Uhr GYM2	<b>EasyDance</b> /Madison 10:20-11:10 Uhr GYM1	<b>Yoga</b> /s. A. 12 – 13:30 Uhr GYM1
		<b>BodyFit</b> /Madison 10:50 -11:40Uhr GYM1			<b>Yoga</b> /Silvia 11:15-12:45 Uhr GYM1	
		<b>BodyPump®</b> /Marion 17:30 -18:30Uhr GYM1				
<b>Bodybalance®</b> /Marion 18 – 19:00 Uhr GYM1		<b>BodyCombat®</b> /Marion 18:30 – 19:30 Uhr GYM1	<b>Full-Body-Workout</b> /Isabella 18 – 19:00 Uhr GYM1			<b>BodyCombat</b> /Sandra 16:30 – 17:30 Uhr GYM1
<b>Indoor Cycling®</b> /Stefan 19:00 – 20:00 Uhr GYM2	<b>Yoga</b> /Jasmin 18:15 – 19:15 Uhr GYM1	<b>Indoor Cycling</b> /Robert 18:30 – 20:00 Uhr GYM2	<b>Indoor Cycling</b> /Andreas 18:30 – 19:30 Uhr GYM2	<b>Yoga</b> /Marianna 17:15 – 18:30 Uhr GYM1		<b>BodyPump</b> /Sandra 17:30 – 178:30 Uhr GYM1
<b>BodyCombat®</b> /Marion 19 – 20:00 Uhr GYM1	<b>IndoorCycling</b> /Silvia 19:15 – 20:15 Uhr GYM2	<b>Boxen</b> /Pit 19:30-20:30 Uhr GYM1	<b>Zumba</b> /Steffi 19:15-20:15 Uhr GYM1	<b>Zumba</b> /Andrea 18:30-19:30 Uhr GYM1		



Diese Kurse stehen unter der **Michael K. Fitnessclub – Kursgarantie**