

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:45 - 9:30			9:00 - 9:30	8:45 - 9:45		10:30 - 11:30
Pilates Kursraum 1 Tabea			Wirbelsäulen-Gymnastik Kursraum 1 Tabea	Pilates Kursraum 1 Tabea		Indoor-Cycling Kursraum 1 Flo
9:35 - 10:20			9:35 - 10:20		Bitte meldet euch an! Für folgende Kurse brauchen wir eure persönliche oder telefonische Anmeldung vorab: <ul style="list-style-type: none"> • Indoor Cycling (am Kurstag, Ausnahme Sonntag: Anmeldung samstags) • Jumping Fitness (am Kurstag) 	
Bauch-Beine-Po Kursraum 1 Anja			Zumba Gold Kursraum 1 Anja			
18:00 - 18:35	17:30 - 18:00		17:00 - 17:50	17:00 - 18:00	Kursplan online: www.hoennevital.de Öffnungszeiten Montag, Mittwoch & Donnerstag: 8:30 - 12:30 Uhr & 14:30 - 21:30 Uhr Dienstag und Freitag: 8:30 - 21:30 Uhr Samstag: 10 - 18 Uhr Sonntag: 10 - 16 Uhr	
Funktionales Training Kursraum 2 Judith	Tabata Kursraum 1 Anja NEU!		JUMPING FITNESS Kursraum 1 Judith NEU!	Pilates Kursraum 1 Tabea		
18:00 - 18:50	18:00 - 19:30	18:00 - 18:45	18:00 - 18:55	18:05 - 19:05		
JUMPING FITNESS Intervall Kursraum 1 Kristina	Indoor Cycling (ab 16.10.) Kursraum 2 Jan NEU!	Bauch Beine Po Kursraum 1 Anja	STRONG by Zumba® Kursraum 1 Kristina	Langhantel Kursraum 1 Ralf		
18:35 - 18:55	18:05 - 18:55	18:00 - 19:00	19:00 - 20:00	19:10 - 20:10		
Bauch pur Kursraum 2 Judith	Langhantel Kursraum 1 Anja	Rückenschule Kursraum 2 Tabea	Zumba Fitness Kursraum 1 Kristina	Indoor-Cycling Kursraum 1 Ralf		
19:00 - 19:45	19:00 - 19:50	19:05 - 20:00	19:00 - 19:30			
Step-Workout Kursraum 1 Kristina	JUMPING FITNESS Kursraum 1 Justi	Deep Work Kursraum 2 Anja NEU!	Funktionales Training / Core Kursraum 2 Judith			
19:15 - 20:15	20:00 - 21:00	19:05 - 20:00				
Indoor-Cycling Einsteiger Kursraum 2 Judith	Pilates Kursraum 1 Tabea	Aerobic Fatburner Kursraum 1 Tabea				

HönneVital im Social Web

