

FEIERTAGSPLAN Club Brunn 23.12.23 - 1.1.24

SAMSTAG 23.12.			SONNTAG 24.12. <i>Heiliger Abend</i>			MONTAG 25.12. <i>Christtag</i>			DIENSTAG 26.12. <i>Stefanitag</i>			MITTWOCH 27.12.		
09:00-10:30	Astanga Yoga	2	09:30-10:20	Back Health	1	09:30-10:20	Back Health	1	09:30-10:20	Back Health	1	09:00-10:15	M.A.X.®	1
09:00-09:40	Aqua Fitness	Pool	10:30-11:45	Bodyshape&Core	1	10:30-11:45	Bodyshape&Core	1	10:30-11:45	Bodyshape&Core	1	10:30-11:20	Antara®	1
10:00-10:25	Step Cardio	1	geöffnet bis 14:00 Uhr			18:00-18:50	Bodyshape	1	18:00-18:50	Bodyshape	1	11:30-11:55	Mobility	1
10:30-11:20	Bodyshape	1				19:00-19:25	Core	1	19:00-19:25	Core	1	19:00-19:25	Core	1
												12:00-12:50	Beckenboden	2
												12:00-13:00	Aqua Fitness XL	Pool
												18:00-19:15	Fitness Circle	1
												18:00-18:50	Back Health	2
												18:00-18:50	Pure Athletic	Fitness
												18:00-18:50	Spinning	Spin
												19:00-19:50	Spinning	Spin
												19:00-19:25	Sixpack	2
												19:30-20:20	Power Lift	1
												19:30-20:45	Fit Boxing	1
DONNERSTAG 28.12.			FREITAG 29.12.			SAMSTAG 30.12.			SONNTAG 31.12. <i>Silvester</i>			MONTAG 1.1.24 <i>Neujahr</i>		
09:00-10:15	Fitness Circle	1	08:45-10:15	Astanga Yoga	2	09:00-10:30	Astanga Yoga	2	09:30-10:20	Back Health	1	10:30-11:45	Bodyshape&Core	1
09:00-09:50	Back Health	2	09:00-09:50	Power Lift	1	09:00-09:40	Aqua Fitness	Pool	10:30-11:45	Bodyshape&Core	1	geöffnet ab 10:00 Uhr		
09:00-10:00	Spinning	Spin	10:00-10:25	Sixpack	1	10:00-10:25	Step Cardio	1	geöffnet bis 18:00 Uhr					
10:05-10:30	Core	2	10:30-11:20	Back Health	1	10:30-11:20	Bodyshape	1						
10:30-11:30	Aqua Fitness XL	Pool	10:30-11:20	Bodyshape	2									
			10:30-11:30	Spinning	Spin									
			11:30-12:10	Aqua Fitness	Pool									
17:00-17:40	Aqua Fitness	Pool												
17:45-18:45	Boxing	Box	17:00-17:50	Bodyshape	1									
18:00-19:00	Spinning	Spin	18:00-18:50	Pilates	1									
18:00-18:50	Bodyshape	1												
19:00-19:25	Core	1												
19:00-20:30	Yoga	2												



Frohe Weihnachten, erholsame Feiertage und eine guten Rutsch ins neue Jahr!

FEIERTAGSPLAN Club Wien 23.12.23 - 1.1.24

SAMSTAG 23.12.

10:00-10:50	Pilates	2
10:00-10:50	Bodyshape	1
11:00-12:15	Thairobox	1
16:00-17:00	Spinning XMAS	Spin
17:00-18:00	Spinning XMAS	Spin

SONNTAG 24.12.

Heiliger Abend

09:30-10:20	Back Health	1
10:30-11:20	Bodyshape&Step	1
geöffnet bis 14:00 Uhr		

MONTAG 25.12.

Christtag

09:30-10:30	Spinning	Spin
10:30-11:45	Bodyshape& Stretch	1
17:30-17:55	Core	1
18:00-18:50	Bodyshape	1

DIENSTAG 26.12.

Stefanitag

09:30-10:30	Spinning	Spin
10:30-11:45	Bodyshape& Stretch	1
17:30-17:55	Core	1
18:00-18:50	Bodyshape	1

MITTWOCH 27.12.

08:00-09:30	Astanga Yoga	2
09:30-10:20	Bodyshape& Step	1
09:30-10:20	Body& Mind	2
10:30-11:10	Aqua Fitness	Pool
10:30-11:20	Pilates	1
17:30-18:20	Latin Dance	2

DONNERSTAG 28.12.

09:00-09:25	Mental Training	1
09:30-09:50	Core	1
09:30-11:00	Astanga Yoga	2
10:00-10:50	Back Health	1
11:00-11:50	Zumba Gold	1
18:00-19:30	Vinyasa Yoga	2
18:00-18:50	Thairobox	1
19:00-19:25	Core	1

FREITAG 29.12.

08:30-09:20	Power Lift	1
09:30-10:45	Spinning	Spin
09:30-10:20	Back Health	1
09:30-10:20	Pilates	2
10:30-12:00	Yoga	2
16:30-16:55	Core	1
17:00-17:50	Bodyshape	1

SAMSTAG 30.12.

10:00-10:50	Pilates	2
10:00-10:50	Bodyshape	1
11:00-12:15	Thairobox	1

SONNTAG 31.12.

Silvester

09:30-10:45	Spinning Special	Spin
09:30-10:20	Back Health	1
10:30-11:20	Bodyshape& Step	1

geöffnet bis 18:00 Uhr

MONTAG 1.1.24

Neujahr

10:30-12:00	Yoga	2
17:30-17:55	Core	1
18:00-18:50	Bodyshape	1

geöffnet ab 10:00 Uhr



Frohe Weihnachten, erholsame Feiertage und eine guten Rutsch ins neue Jahr!