

GYM-PLAN

ab 01. Oktober 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:30 – 10:45 Yoga	EMS Training extra zu buchen		09:30 – 10:30 Wirbelsäulengym.	09:30 – 10:30 Spinning	Sauna am Wochen- ende und feiertags auf Wunsch.	
9:00 – 12:00 Sauna			9:00 – 12:00 Sauna	9:00 – 12:00 Sauna		
Sauna ab 16:00	Sauna ab 16:00	Sauna ab 16:00	Sauna ab 16:00	Sauna ab 16:00	Sauna auf Wunsch	Sauna auf Wunsch
	18:00 – 18:55 Rückenfit	18:00 – 18:55 Spinning	18:00 – 18:55 Yoga		16:00 – 17:30 Spinning	
18:30 – 19:25 Langhantel- Workout	19:00 – 19:55 H.I.T./ Core-Training	19:05 – 19:15 Power-Bauch	19:00 – 19:55 H.I.T./ Core-Training	19:00 – 19:55 Spinning		
19:30 – 20:25 Spinning		19:15 – 20:15 Kickbox-Aerobic mit Stretching				

Bitte alle Kurse mit Anmeldung

Tel: 080 31-4 30 31, Georg-Aicher-Str. 2, 83026 Rosenheim, info@tower-rosenheim.de
Winteröffnungszeiten: Mo. – Fr.: 9:00 – 23:00 | Sa., So., Feiertag: 10:00 – 19:00

Gestaltung: www.briefrechner.de

2 WOCHEN-GUTSCHEIN

