

WOCHE 3

19. BIS 25. JULI

	Montag 19.07.	Dienstag 20.07.	Mittwoch 21.07.	Donnerstag 22.07.	Freitag 23.07.	Samstag 24.07.	Sonntag 25.07.
08:00 Kursfläche	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	Sunrise Mediation	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	Yoga Morning Flow	
09:00 Kursfläche	Jumping Cardio	YAB Mobility	Rückenfit	Jumping Party	YAB Bodyshape	BodyShape	
10:00 Kursfläche	YAB HIIT	Fatburner x Resistance Bands	YAB BodyShape	YAB Mobility	YAB Flow	YAB HIIT	
MITTAGSPAUSE							
17:30 Kursfläche	BodyShape	YAB Workout	YAB Wild		Body Fit		
18:30 Kursfläche	YAB Opening Class	Jumping 90er Party	YAB Flow		YAB Supersession		
18:30 Freifläche	Cube Fitness		Cube Fitness				

Freie Trainingsfläche

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag:
8:00 - 12:00 Uhr
17:00 - 20:00 Uhr
(ohne Betreuung)