

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II	Raum I	Raum II
<b>BAUCH SUPREME</b> 17:45 - 18:00 ELMAR	<b>BAUCH SUPREME</b> 17:45 - 18:00 ELMAR	<b>BODY CROSS</b> 10:00 - 11:00 nicht inklusive				<b>TOTAL BODY BASH</b> 09:30 - 10:30 ab 01.05.MARIA	<b>BODY CROSS</b> 10:00 - 11:00 nicht inklusive	Stand 15.04.2014 Änderungen vorbehalten † ruht während der Schulferien ** jeder 1.Mittwoch im Monat Strip 'n Dance *** jeden 1. Freitag im Monat		<b>ZUMBA</b> 13:00 - 14:00 KADIR Raum I	
<b>AFTER WORK FIT</b> 18:00 - 18:45 ELMAR					<b>BURN IT</b> 17:30 - 18:00 KERSTIN					<b>SHOX</b> <b>NEU</b> 14:00 - 15:00 CLAUDI Raum I	
<b>BURN IT</b> 18:45 - 19:15 ELMAR	<b>SHAPE</b> 18:30 - 19:15 JENNY	<b>SHAPE</b> 18:30 - 19:15 JENNY		<b>ZUMBA</b> 17:15 - 18:00 CLAUDI	<b>AFTER WORK FIT</b> 18:00 - 18:45 KERSTIN		<b>BURN IT</b> 17:30 - 18:00 ELMAR	<b>ZUMBA ***</b> <b>TONING INTRO</b> 16:45 - 17:00 CLAUDI			
<b>ZUMBA</b> 18:00 - 19:00 CLAUDI	<b>SHAPE</b> 19:15 - 19:45 ELMAR	<b>ZUMBA</b> 19:15 - 20:00 JENNY	<b>MILITARY CAMP</b> 18:15 - 19:00 IRINA / SEBO	<b>ZUMBA</b> 18:00 - 19:00 CLAUDI	<b>BAUCH SUPREME</b> 18:45 - 19:00 KERSTIN	<b>BACK SUPREME</b> 19:00 - 19:15 CLAUDI	<b>MUSCLE POWER</b> 18:00 - 18:45 ELMAR	<b>ZUMBA TONING</b> 17:00 - 18:00 CLAUDI	<b>BODY CROSS</b> 17:00 - 17:55 nicht inklusive	<b>SONNTAG</b>	
<b>JAM</b> 20:00 - 21:00 TINI	<b>BAUCH SUPREME</b> 19:45 - 20:00 ELMAR	<b>JAM</b> 20:00 - 21:00 SARAH	<b>BAUCH SUPREME</b> 19:00 - 19:15 IRINA / SEBO	<b>BURN IT</b> 19:00 - 19:30 KERSTIN	<b>POLE FIT/ STRIP 'N D.**</b> 19:00 - 20:00 BEA	<b>BURN IT</b> 19:15 - 19:45 CLAUDI	<b>BAUCH SUPREME</b> 18:45 - 19:00 ELMAR	<b>ZUMBA</b> 18:00 - 19:00 CLAUDI	<b>TOTAL BODY BASH</b> 18:00 - 18:45 KERSTIN	<b>CHI YOGA</b> 11:00 - 12:00 ANNE/ MARCUS Raum I	
<b>CHI YOGA</b> 21:00 - 22:00 ANNE	<b>ATHLETIC PRO TRAINING</b> 20:00 - 21:00 ELMAR	<b>DANCE IT*</b> 21:00 - 22:00 MARC	<b>BURN IT</b> 19:15 - 20:00 IRINA / SEBO	<b>SHAPE</b> 19:30 - 20:15 KERSTIN	<b>BODY CROSS</b> 20:15 - 21:15 nicht inklusive	<b>SHAPE</b> 19:45 - 20:15 CLAUDI	<b>JAM</b> 19:00 - 20:00 TINI	<b>PILATES LOUNGE</b> 19:00 - 19:45 KERSTIN	<b>BAUCH SUPREME</b> 18:45 - 19:00 KERSTIN	<b>CLUB WORKOUT</b> 13:30 - 14:30 KERSTIN RII	
				<b>JAM</b> <b>NEU</b> 20:15 - 21:15 RONJA	<b>BODY CROSS</b> 21:15 - 22:15 nicht inklusive		<b>POLE FIT</b> 20:00 - 21:00 BEA			<b>JAM</b> 14:30 - 15:30 SARAH/ RONJA Raum I	

STRAFFE ARME  
**KNACKIGER PO  
FLACHER BAUCH**  
FESTE OBERSCHENKEL  
SCHLANKE TAILLE

die neuesten  
**TRENDS!**  
BURN IT  
JAM FITNESS  
POLE FIT  
SHOX

www.jumps-studios.com

