

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:15 -10:10  <b>deepWORK</b> SILKE (Alle)		9:15 – 9:45  <b>BALANCE &amp; CORE</b> BARBARA (Alle)	09:30 – 10:30 <b>JUMPING</b>  SOMMERPAUSE April-September	9:15 - 10:10  <b>HOT IRON</b> BARBARA (Alle)		09:30 – 10:30 <b>JUMPING</b> (mit Anmeldung) SILVIE/SILKE/NICOLE (Alle)
10:15 -11:10  <b>RÜCKEN / FASZIEN</b> SILKE (Alle)		9:45 – 10:10  <b>BBP</b> BARBARA (Alle)		10:15 – 11:10  <b>PILATES</b> BARBARA (Alle)	10:30 – 11:25 <b>RÜCKEN</b> EVA, TANJA (Alle)	11:00 – 12:00  <b>SUNDAY MORNING LANGHANEL</b> TRAINER MIX (Alle)
		10:15 – 11:10  <b>MMA</b> BARBARA (M/F)			11:30 – 12:00 <b>BAUCH INTENSIV</b> EVA, TANJA (Alle)	12:05 – 12:35  <b>BAUCH INTENSIV</b> TRAINER MIX (Alle)
17:30 – 18:25 <b>PILATES</b> BARBARA (Alle)	17:30 – 18:25  <b>ZUMBA</b> JUDY (Alle)	17:30 – 18:25 <b>deepWORK</b> SILKE (Alle)		16:30 – 16:45 <b>BAUCH INTENSIV</b> JÖRG (Alle)	14:00 – 14:55 <b>BBP</b> JUDY (Alle)	12:45 – 13:45 <b>BOX WORKOUT</b> EROL (Alle)
18:00 – 18:30 <b>TRX BASICS</b> (mit Anmeldung) MICHAELA (E)	18:30 – 19:30  <b>TRX ADVANCED</b> (mit Anmeldung) JÜRGEN (M/F)	18:30 – 19:35 <b>BODY CROSS</b> SILKE (Alle)	18:30 – 19:25 <b>BOX WORKOUT</b> EROL (Alle)	16:45 – 17:25 <b>BASIC STEP</b> JÖRG (E)	15:00 – 15:55 <b>ZUMBA</b> JUDY (Alle)	
18:30 – 19:25 <b>HOT IRON</b> BARBARA (Alle)	18:30 – 19:25  <b>RÜCKEN</b> TANJA/EVA (Alle)	19:40 – 19:55 <b>FASZIENTRAINING RELAX</b> SILKE (Alle)	19:30 – 20:25 <b>deepWORK</b> SILKE (Alle)	17:30 – 18:25 <b>NRG STEP</b> JÖRG (M/F)		16:30 – 18:00 <b>KUNDALINI YOGA</b> UTE (Alle)
19:30 – 20:25 <b>MMA</b> BARBARA (M/F)	19:30 – 20:25 <b>BBP</b> TANJA/EVA (Alle)	20:00 – 20:55 <b>JUMPING</b> (mit Anmeldung) SILKE (Alle)	20:30 – 20:55 <b>MOBILITY</b> SILKE (Alle)	18:30 – 19:25 <b>FATBURNER mit BAUCH</b> JÖRG (Alle)		
				19:40 – 20:40 <b>JUMPING</b> (mit Anmeldung) NICOLE (Alle)		

Aktuelle Änderungen/Vertretungen entnehmen Sie bitte den Club- Aushängen oder unserer Homepage:

[www.fitlife-heilbronn.de/website/de/Kursplan](http://www.fitlife-heilbronn.de/website/de/Kursplan)

**Öffnungszeiten:** Mo. – Fr. 06:00 – 23:00 Sa., So.: 9:00 – 20:00 **Kinderbetreuung:** Mo., Mi., Fr.: 09:00 – 13:00 Di.,Do: 15:30 – 19:30 So.: 10:30 – 13:30

**Schwierigkeit der Kurse:** E = Einsteiger M = Mittelstufe F = Fortgeschritten Alle = für Alle / Anfänger – Fortgeschrittene