













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> „Kurse laut Aushang“	9:15 - 10:10 <b>HOT IRON</b> BARBARA (Alle) 		09:30 – 10:30 <b>JUMPING</b> (mit Anmeldung) TRAINER MIX (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> DENIZ (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> DENIZ (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)	17:30 – 18:25 <b>STEP</b> MIRI (Alle)	16:30 – 16:55 <b>BAUCH INTENSIV</b> CLAUDI (Alle)	14:00 – 14:55 <b>BBP</b> JUDY (Alle)	12:45 – 13:45 <b>BOX WORKOUT</b> EROL (Alle)
17:45 – 18:30 <b>TRX FUNCTIONAL BASIC</b> (mit Anmeldung) MICHAELA (E)	18:30 – 19:25 <b>RÜCKEN</b> TANJA/EVA (Alle) 	18:30 – 19:35 <b>BODY CROSS</b> SILKE (Alle)	18:30 – 19:25 <b>BOX WORKOUT</b> EROL (Alle)	17:00 – 17:55 <b>HYROX in the BOX</b> (mit Anmeldung) CLAUDI (Alle)	15:00 – 15:55 <b>ZUMBA</b> JUDY (Alle)	
18:30 – 19:25 <b>HOT IRON</b> BARBARA (Alle)	19:00 – 20:00 <b>TRX FUNCTIONAL MIX</b> (mit Anmeldung) JÜRGEN (M/F) 	19:40 – 19:55 <b>FASZIEN TRAINING RELAX</b> SILKE (Alle)	19:30 – 20:25 <b>deepWORK</b> SILKE (Alle)	18:00 – 18:55 <b>STEP</b> MIRI (Alle)		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)	19:00 – 19:25 <b>BAUCH INTENSIV</b> MIRI (Alle)		
				19:40 – 20:40 <b>JUMPING</b> (mit Anmeldung) NADINE (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