

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06:30 – 07:30 WAKE UP CYCLING NORA (Alle)						10:00 – 11:00 INDOOR CYCLING ALEX (Alle)
			18:30 – 19:30 INDOOR CYCLING KURT (Alle)			
		19:00 – 20:00 INDOOR CYCLING JENS (Alle)				



**ANMELDUNG erforderlich:
Telefonisch – 1 Tag vor Kursbesuch!**

INDOOR CYCLING / WAKE UP CYCLING

Das Fahren mit dem Rad in freier Natur wird simuliert. Es werden zu motivierender Musik Berge erklimmen, Abfahrten gemeistert und Täler durchradelt. Im Sitzen als auch im Stehen wird mit langsamen und mit höheren Trittfrequenzen, mit viel oder mit wenig Widerstand gefahren – ganz so, als wäre man mit dem Rad unterwegs.

Aktuelle Änderungen oder SPECIALS an Sonn- und Feiertagen werden im Club ausgehängt und auf unserer Homepage erwähnt:

www.fitlife-heilbronn.de/website/de/Kursplan

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 06:00 – 23:00 Sa., So.: 9:00 – 20:00

Räumlichkeiten:

Cycling Raum