


**MONTAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 17:00 - 17:30 Uhr **KR**  
**VB POWER CORE**

 17:30 - 18:15 Uhr **KR**  
**KETTLEBELL  
WORKOUT**


 18:30 - 19:30 Uhr **KR**  
**POWER  
DUMPELL®**

 19:30 - 21:00 Uhr **KR**  
**VB BOX TRAINING**  
ADVANCED

 19:30 - 20:15 Uhr **TF ▲**  
**TRX®**

 20:20 - 20:40 Uhr **TF**  
**VB POWER CORE**

**DIENSTAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 18:00 - 19:00 Uhr **KR**  
**ZUMBA®**

 19:00 - 19:20 Uhr **TF**  
**VB POWER CORE**

 19:00 - 20:00 Uhr **KR**  
**BODYWORKOUT**


 19:30 - 20:15 Uhr **TF ▲**  
**TRX®**

 20:00 - 20:30 Uhr **KR**  
**ROLL TO RELEASE**

**MITTWOCH**  
00:00 – 24:00 Uhr

 18:00 - 19:00 Uhr **KR**  
**KETTLEBELL  
WORKOUT**

 19:00 - 20:00 Uhr **KR**  
**DEEPWORK®**

 19:30 - 19:50 Uhr **TF**  
**VB POWER CORE**

 20:00 - 20:45 Uhr **TF ▲**  
**TRX®**

**DONNERSTAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 17:45 - 18:45 Uhr **KR ▲**  
**VB POWER ZIRKEL**

 19:00 - 20:00 Uhr **KR**  
**BODYWORKOUT**


 19:30 - 19:50 Uhr **TF**  
**VB POWER CORE**

 20:00 - 20:45 Uhr **TF ▲**  
**TRX®**

 20:00 - 21:00 Uhr **KR**  
**ZUMBA®**

**FREITAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 11:00 - 12:00 Uhr **KR**  
**BODYWORKOUT**

 18:00 - 19:30 Uhr **KR**  
**YOGA**

 19:00 - 19:20 Uhr **TF**  
**VB POWER CORE**

**SAMSTAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 10:30 - 12:00 Uhr **KR**  
**POWER VINYASA  
YOGA**

 11:00 - 12:30 Uhr **TF ▲**  
**VB ATHLETIC  
CIRCUIT**

 14:00 - 15:00 Uhr **KR**  
**PILATES**

**SONNTAG**  
00:00 – 24:00 Uhr

 10:00 - 11:00 Uhr **KR**  
**BODYWORKOUT**

 11:00 - 12:00 Uhr **KR**  
**DEEPWORK®**

 12:00 - 13:00 Uhr **KR**  
**VB BOX TRAINING**  
BASIC

**HEIDELBERG BAHNSTADT**  
Lifestyle Fitness

Speyererstraße 4+6 | Tel.: 06221-651920

KR = Kursraum | TF = Trainingsfläche | ▲ = Anmeldung erforderlich



Gültig vom 1.1.2018 bis 31.3.2018

Änderungen des Kursplans vorbehalten. Feiertage nach Aushang.



**VeniceBeach**  
fitness and workout  
[www.venicebeach-fitness.de](http://www.venicebeach-fitness.de)