

MONTAG

08:00 – 22:30 Uhr

DIENSTAG

08:00 – 22:30 Uhr

MITTWOCH

08:00 – 22:30 Uhr

DONNERSTAG

08:00 – 22:30 Uhr

FREITAG


08:00 – 22:30 Uhr


SAMSTAG


09:00 – 20:00 Uhr

SONNTAG


09:00 – 20:00 Uhr


 10:15 - 11:15 Uhr **KR** ▲
WAKE UP


 17:30 - 19:00 Uhr **KR** ▲
YOGA


 10:00 - 11:00 Uhr **KR** ▲
PILATES

 18:00 - 18:15 Uhr **TF** ▲
POWER CORE

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


 09:30 - 10:30 Uhr **KR** ▲
SPIN RACING

 10:30 - 11:30 Uhr **KR** ▲
SPIN RACING

 17:30 - 18:00 Uhr **TF** ▲
POWER ZIRKEL


 18:00 - 18:15 Uhr **TF** ▲
POWER CORE

 18:00 - 18:15 Uhr **TF** ▲
POWER CORE


 18:15 - 18:45 Uhr **TF** ▲
OCTANE®


 17:30 - 18:30 Uhr **KR** ▲
IRON INTENSIVE


 10:30 - 11:00 Uhr **KR** ▲
STRETCH & RELAX


 18:00 - 18:15 Uhr **TF** ▲
POWER CORE

 18:15 - 18:45 Uhr **TF** ▲
MOBILITY


 18:00 - 19:00 Uhr **KR** ▲
WIRBELSÄULE

 18:30 - 19:30 Uhr **KR** ▲
ZUMBA®


 18:00 - 18:15 Uhr **TF** ▲
POWER CORE


 18:00 - 19:00 Uhr **KR** ▲
BODYWORKOUT


 19:00 - 20:00 Uhr **KR** ▲
ZUMBA®


 18:15 - 18:45 Uhr **TF** ▲
POWER ZIRKEL


 19:30 - 21:00 Uhr **KR** ▲
**POWER VINYASA
YOGA**

 18:15 - 18:45 Uhr **TF** ▲
OCTANE®

 20:00 - 21:00 Uhr **KR** ▲
BOX TRAINING

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

 19:00 - 20:00 Uhr **KR** ▲
SPIN RACING

 20:00 - 21:00 Uhr **KR** ▲
SPIN RACING

ACHTUNG Alle Kurse:

- anmeldepflichtig
- limitierte Teilnehmerzahl
- Anmeldung ab 24 Std. vor Kursbeginn möglich
- buchbar über APP oder Telefon



VIERNHEIM LIFESTYLE FITNESS +

voraussichtlich gültig bis 30.09.2021 – Änderungen des Kursplans vorbehalten. Feiertage nach Aushang.

 KRAFT & WORKOUT |  BODY & MIND |  DANCE & FUN |  AUSDAUER & CARDIO

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

**VeniceBeach**
fitness and workout
www.venicebeach-fitness.de