



Kursplan

Fitness Park Company
 Drensteinfurt GmbH

Raiffeisenstraße 1
 48317 Drensteinfurt

Telefon: 0 25 08 / 9 99 88 35

E-Mail: info@fitnessparkcompany.de
www.fitnessparkcompany.de





gültig ab: 01.09.2018

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 07:30 - 22:00Uhr

Sa. 10:00 - 18:00Uhr

So. 08:00 - 20:00 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
NEU! 08:30 - 09:00 Bikini Bootcamp	08:45 - 09:30 Reha Sport*	08:30 - 09:15 Reha Sport*	09:00 - 10:00 Step & Shape			
09:00 - 10:00 Yoga	10:00 - 11:00 Pilates	09:30 - 10:30 Rücken Fit	10:00 - 11:00 Body Workout	09:30 - 10:30		10:30 - 11:00 STEP Basic
10:00 - 11:00 Functional Training		10:30 - 11:30 Strech & Relax	Kursraum 1 18:00 - 19:00			11:00 - 12:00 Pilates
17:00 - 17:45 Reha Sport*				17:30 - 18:00 Bauchkiller		
17:45 - 18:30 Reha Sport*	18:30 - 19:30 STEP Aerobic	17:30 - 18:30 Rücken Fit	Kursraum 1 19:00 - 20:00 Energy Yoga	18:00 - 19:00 Langhanteltraining		
18:30 - 19:00 Tabata	19:30 - 20:30	18:30 - 19:30 Bauch Beine Po	Kursraum 2 18:30 - 20:00 Boxtraining	19:00 - 20:00		
19:00 - 20:00 YOGI - LATES		19:30 - 20:30 Indoorcycling				
20:00 - 21:00 Indoorcycling						

* Teilnahme mit Verordnung für Rehabilitationssport

! Wir bitten um Verständnis, daß Kurse erst ab 4 Teilnehmern stattfinden!