

# Kursplan Peißenberg



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:15-10:15 Workout mit Susi	9:00-10:00 Bodyforming mit Sara	9:00-10:00 Workout mit Annika	9:00-10:00 Rücken mit Babsi	9:00-10:00 Step & Kraft mit Moni		9:00-10:30 Hatha Yoga mit Noel
	10:15-11:15 Indoor Cycling mit Klaus		10:15-10:45 Aqua mit Babsi	10:00-11:00 Bodystyling mit Moni		
18:00-19:00 Rücken mit Babsi	10:30-11:00 Aqua mit Sara		11:00-11:30 Aqua mit Babsi			
18:00-18:30 Aqua mit Irmi	11:15-11:45 Aqua mit Sara					
18:45-19:15 Aqua mit Irmi			18:00-18:30 Aqua mit Samira		16:00-17:00 Intervall mit Moni	
19:00-19:30 Bauch / Workout mit Babsi	18:30-19:30 Bauch Beine Po mit Vroni	18:30-19:30 Muscle Power mit Kathleen	18:45-19:15 Aqua mit Samira		17:00-18:00 Bodystyling mit Moni	
19:30-20:00 Booty (Po)- Styling mit Babsi	18:30-19:00 Aqua mit Samira	19:45-20:45 Indoor Cycling mit Kathleen	19:00-20:00 Wave mit Rudi			
19:30-20:30 Wave mit Rudi	19:15-19:45 Aqua mit Samira		19:30-20:30 Indoor Cycling mit Stefan	19:30-20:30 Wave mit Rudi		

Anmeldung für die Kurse online unter [www.sportstudio-guffanti.de](http://www.sportstudio-guffanti.de) -> *Onlinebuchung Peißenberg*

# Kursplan Weilheim



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:15-10:15 Yoga Balance mit Noel	9:15-10:15 Bodyweight mit Annika	9:15-10:15 Functional Fitness mit Sara	9:15-10:15 Rückenfitness mit Petra	9:15-10:15 HIIT mit Sara		9:30-11:00 Indoor Cycling mit Otto
9:15-10:15 Workout mit Petra						
10:30-11:30 Bauch + Stretch mit Petra	10:30-11:30 Yoga mit Annika	10:30-11:30 Indoor Cycling mit Sara	10:30-11:30 Fatburner mit Petra	10:30-11:30 Stretch + Relax mit Sara		
18:00-19:00 Zumba mit Vroni	18:15-19:15 Bodystyling mit Johanna		18:00-19:00 Bodyweight mit Sara	17:45-18:45 Zumba mit Vroni		
18:00-19:00 Rückenfitness mit Sara	19:00-20:30 Hatha Yoga mit Noel	19:00-20:00 Indoor Cycling mit Horst	19:15-20:15 Boxing meets Beat mit Sara			
19:15-20:15 Muscle Power mit Sara	19:30-20:30 Indoor Cycling mit Johanna					
20:15-21:00 Indoor Cycling mit Sara			20:15-21:15 Indoor Cycling mit Lothar			

Anmeldung für die Kurse online unter [www.sportstudio-guffanti.de](http://www.sportstudio-guffanti.de) -> *Onlinebuchung Weilheim*