



MÄRZ 2024

FITNESS GYM HILDEN

WERDE NOCH HEUTE MITGLIED UND
NIMM AN UNSEREN KURSEN TEIL.

03-2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	M	D	M	D	F	S	S
MORGEN- UND MITTAGKURSE	Step 10:00 - 11:00	Rückenfit 10:00 - 11:00	Best Ager 10:00 - 11:00	Fit 50+ 10:00 - 11:15		Pilates 10:00 - 11:00	Shadowboxer 10:30 - 11:30
	Yoga 11:00 - 12:00	Stretch 11:00 - 11:30				Yoga 11:00 - 12:00	Tabata 11:30 - 12:30
						XcoShape 12:00 - 13:00	
						Zumba 13:00 - 14:00	
<p>Bei Fragen stehen wir euch gerne vor Ort im Studio zur Verfügung. Weitere Informationen findest du unter www.fitnessgym-hilden.de</p>		<p>QR CODE</p>	<p>Butterfly Mit unserer Studio-App hast du jederzeit und von überall Zugriff auf unser gesamtes Kursangebot.</p>				
NACHMITTAG- UND ABENDKURSE	Jumping Fitness 18:00 - 19:00						
	Zumba 19:00 - 20:00	Zumba 19:00 - 20:00	Jumping-Fitness 19:00 - 20:00	HIIT 19:15 - 20:15			
	Stretch 20:00 - 21:00	XCO Shape 20:00 - 21:00					

ADRESSE

Hans-Sachs Straße 19
40721 Hilden
+49 (0) 2103 337 463
info@fitnessgym-hilden.de

(Änderungen vorbehalten)

