Kursangebot

Fackenburger Allee 100 • 23554 • Lübeck, Tel.: 0451 – 47 22 88 Gültig ab 01.06.2025

MC studio
Fitness für Frauen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	F' F' F'	Samstag
	09:15 Uhr **BAUCH-BEINE-PO** 45 Min.	09:15 Uhr **RÜCKEN AKTIV** 75 Min.		☺ ☺ **„F**ITNESS **F**REUNDINNEN **F**REITAG“	**11:00 Uhr **BAUCH-BEINE-PO** 60 Min. **10:00 Uhr **BAUCH-BEINE-PO** 60 Min. Juni/Juli/August
10:00 Uhr **SENIORENGYM.** 60 Min	10:05 Uhr **HATHA-YOGA** 45 Min	10:45 Uhr ***REHASPORT I.** 11:30 Uhr ***REHASPORT II.** 45 Min.		10:30 Uhr **HATHA- YOGA** 45 Min.	
Präventionskurs	**„INFLEXION“ § 20**	*Termine nach Absprache*			
	17:00 Uhr ***REHASPORT IV.**				**ÖFFNUNGSZEITEN** **MONTAG - FREITAG** 07:00 – 21:00 Uhr **SAMSTAG** 09:00 – 18:00 Uhr
17:30 Uhr **WIRBELSÄULENGYM.** 45 Min.	18:00 Uhr **STEP – WORKOUT** mit Choreographie 45 Min.	17:30 Uhr **BAUCH-BEINE-PO** 50 Min.	18:15 Uhr **HIIT -TRAINING** 50 Min.		*nur mit Verordnung ** Sommerplan Juni/Juli/August
18:15 Uhr **BAUCH-BEINE-PO** 60 Min.	18:45 Uhr **BAUCH EXPRESS** 15 Min.	18:30 Uhr **HATHA YOGA** 50 Min.	19:15 Uhr ***REHASPORT III.** 45 Min.	17:30 Uhr **BAUCH & RÜCKEN** 60 Min.	