



mittags / vormittags

abends / nachmittags

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

8.00 - 9.00

Faszien Yoga

leicht

9.00 - 10.00

Full Body Workout

mittel

10.00 - 11.00

Soft Fitness

leicht

17.00 - 18.00

Jumping Fitness

intensiv

18.00 - 19.00

Pilates

mittel

19.00 - 20.00

Cycling

intensiv

8.00 - 9.00

Faszien Yoga

leicht

9.00 - 10.00

Rücken Vital

leicht

18.00 - 19.00
LanghantelWorkout

mittel

19.00 - 20.00

Aktiv Yoga

mittel

8.00 - 9.00

Mobility&Gymnastik

leicht

9.00 - 10.00

BBRP

mittel

18.00 - 19.00

Cycling

intensiv

19.00 - 20.00

Pilates

mittel

9.00 - 10.00

Yoga

mittel

17.30 - 18.30

Jumping Fitness

intensiv

9.00 - 10.00

LanghantelWorkout

mittel

10.00 - 11.00

Stretch&Relax

leicht

18.00 - 19.00

Stretch&Relax Yoga

mittel

10.00 - 11.00

Body Fit

mittel

11.00 - 12.00

Step Fitness

mittel

10.00 - 11.00

Mobility,Stretch&Relax

mittel

11.00 - 12.00

Body Shape

mittel

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Montag - Freitag
8 - 22 Uhr

Samstag / Sonntag
9 - 18 Uhr

www.vitalis-trittau.de