

#1 numberonefitness Burgthann

Unser Kursprogramm

#justdifferent

Begrenzte Plätze !
Anmeldung vorab über die
MySports App oder **im Studio**
(max. 10 Personen).



Kursplan (ab August 2026)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 Uhr	#StarkerRücken (Rücken & Nacken)	-	#Stretch&Relax (Mobility)	-	-	-	#StrongHybrids (Kraft & Ausdauer Zirkeltraining)
10:30 Uhr	-	-	-	-	-	-	
18:00 Uhr	-	-	#StrongHybrids (Kraft & Ausdauer Zirkeltraining)	-	-	-	-
18:30 Uhr	#1CommunityRun (Outdoor Laufgruppe)	#Sixpack (Starker Core & Bauch)		#Beckenboden (für Sie & Ihn)	-	-	-
19:00 Uhr	-	#StarkerRücken* (Rücken & Nacken)	#Stretch&Relax (Mobility)	#HIIT (Intervalltraining)	-	-	-

*speziell für Vielsitzer