

Group Fitness Kursplan Winter 2010

Raum 1

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10.00 - 11.00 BODYBALANCE *_***	10.00 - 11.00 BODYPUMP *_***	10.00 - 11.00 Pilates **	10.00 - 11.00 BODYBALANCE *_***	09.30 - 10.30 Flexi-Bar *_***	10.00 - 11.00 BODYPUMP *_***	10.00 - 11.30
11.00 - 12.00 Raum 2: Indoor Cycling	11.00 - 12.00 LMISTEP **_***		11.00 - 12.00 BODYATTACK **_***	10.30 - 11.30 Pilates **	11.00 - 12.00 LMISTEP **_***	Yoga Intro *_***
18.30 - 19.30 BODYBALANCE *_***	18.00 - 19.00 BODYATTACK **_***	18.30 - 19.30 Pilates * - ***		18.15 - 19.15 BODYPUMP *_***	15.30 - 16.45 Pilates **_***	16.30 - 17.00 Washboard Abs*_***
19.30 - 20.30 LMISTEP **_***	19.00 - 20.00 Workout Yoga *_***	19.30 - 20.30 LMISTEP **_***	19.00 - 20.00 BODYBALANCE *_***	19.30 - 21.00	17.00 - 18.00 BODYPUMP *_***	17.00 - 18.00 BODYPUMP *_***
20.30 - 21.30 BODYPUMP *_***	20.15 - 21.15 BODYPUMP *_***	20.30 - 21.30 Q - Power ** - ***	20.00 - 21.00 BODYPUMP *_***	Power Yoga **_***	18.00 - 19.00 BODYATTACK**_***	18.00 - 19.00 BODYJAM *_***

Klassifikation der Kurse:

- * = Einsteiger
- ** = Mittelstufe
- *** = Fortgeschritten

Phone: 089 - 127 377 46
Home: www.munichgym.de
Email: mail@munichgym.de

MUNICHGYM GmbH
Kathi Kobus Straße 11
80797 München

Raum 2

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
11.00 - 12.00 Indoor Cycling * - **	18.30 - 19.00 Washboard Abs *_***			18.15 - 19.30		18.15 - 19.15
	19.00 - 20.00			Long distance Cycling ***		Indoor Cycling **_***
	The Ride **_*** Cycling	19.30 - 20.30 BODYJAM *_***				

Öffnungszeiten:

Mo, Mi: 9:00 - 23:00 Uhr
Di, Do: 6:30 - 23:00 Uhr
Fr: 9:00 - 23:00 Uhr
Sa, So: 9:00 - 22:00 Uhr
Feiertage: 9:00 - 22:00 Uhr

Fitday-Tarife:
Check out bis 17:00 Uhr



Kinderbetreuung:

Mo: 9:30 - 12:30 Uhr
Di: 9:30 - 12:30 Uhr
Mi: 9:30 - 11:30 Uhr
Do: 9:30 - 12:30 Uhr
Fr: 9:00 - 12:00 Uhr
Sa: 15:30 - 19:30 Uhr
So: 16:30 - 19:30 Uhr