

# Group-Fitness-Kursplan

Winter 2019/2020 (gültig ab 04.11.19)



| MONTAG   | DIENSTAG  | MITTWOCH  | DONNERSTAG   | FREITAG  | SAMSTAG   | SONNTAG   |
|--|---|---|--|--|---|---|
| 9.30-10.30<br><b>BODYSTYLING</b><br><i>Lele</i>        | 09.30 -10.00<br><b>CXWORX</b><br><i>Anke</i>          | 9.30-10.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Conny</i>     | 9.30-10.30<br><b>FUNCT. WORKOUT</b><br><i>Anke</i>   | 9.30-10.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Lele</i>         | 9.30-10.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Jürgen</i>        | 10.00 -11.00<br><b>RÜCKEN FIT</b><br><i>Ninja</i>           |
| 10.30-11.30<br><b>PILATES</b><br><i>Lele</i>           | 10.00-11.00<br><b>YOGILATES</b><br><i>Anke</i>        | 10.30-11.30<br><b>BODYBALANCE</b><br><i>Conny</i> | 10.30 -11.30<br><b>BARRE-WORKOUT</b><br><i>Conny</i> | 10.30 -11.30<br><b>FUNCT. WORKOUT</b><br><i>Lele</i> | 10.00-11.00<br><b>BODYSTYLING</b><br><i>Lele/Malu</i> | 11.00 - 11.30<br><b>STRETCH &amp; RELAX</b><br><i>Ninja</i> |
| 17.00-18.00<br><b>BRAZIL BUTT/BAUCH</b><br><i>Sara</i> | 18.00-18.30<br><b>CXWORX</b><br><i>Jürgen</i>         | 17.15-18.00<br><b>TRX</b><br><i>Malu</i>          | 17.30-18.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Conny</i>       | 10.30-11:30<br><b>ZUMBA</b><br><i>Rosalie</i>        | 10.30 - 11.00<br><b>BAUCH FIT</b><br><i>Jürgen</i>    | 16.00-17.00<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Denise</i>             |
| 18.00-18.30<br><b>GRIT SERIES</b><br><i>Mathieu</i>    | 18.00-19.00<br><b>BARRE-WORKOUT</b><br><i>Eva</i>     | 18.00-18.30<br><b>GRIT SERIES</b><br><i>Malu</i>  | 18.30-19.00<br><b>GRIT SERIES</b><br><i>Bianca</i>   | 11.30-12:30<br><b>YOGA</b><br><i>Rosalie</i>         | 11.00 -12.00<br><b>BODYATTACK</b><br><i>Jürgen</i>    | 17.00-17:30<br><b>CXWORX</b><br><i>Denise</i>               |
| 18.00-19.00<br><b>LATIN-DANCE</b><br><i>Sara</i>       | 18.30-19.00<br><b>BAUCH FIT</b><br><i>Jürgen</i>      | 18.30-19.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Isabell</i>  | 18:30-19:15<br><b>BODYBALANCE</b><br><i>Conny</i>    | 17.00-18.00<br><b>BODYATTACK</b><br><i>Jürgen</i>    | 11.00-12.00<br><b>PILATES</b><br><i>Lele/Malu</i>     | 17.30-18.30<br><b>BODYCOMBAT</b><br><i>Bettina</i>          |
| 18.30-19.30<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Mathieu</i>       | 19.00-20.00<br><b>BODYATTACK</b><br><i>Jürgen</i>     | 18.30-19.30<br><b>PILATES</b><br><i>Linda</i>     | 19.00-19.30<br><b>CXWORX</b><br><i>Bianca</i>        | 18.00-19.00<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Jürgen</i>      |   | 18.30-19.30<br><b>BODYBALANCE</b><br><i>Bettina</i>         |
| 19.00-20.30<br><b>YOGA</b><br><i>Ninja</i>             | 19.00-20.00<br><b>INDOOR CYCLING</b><br><i>Jérôme</i> | 19.30-20.00<br><b>CXWORX</b><br><i>Isabell</i>    | 19:30-20:30<br><b>LMISTEP</b><br><i>Joel</i>         | 19.05-20.35<br><b>YOGA</b><br><i>Ninja</i>           |   |   |
| 19.30-20.30<br><b>LMISTEP</b><br><i>Joel</i>           | 20.00-21.00<br><b>BODYPUMP</b><br><i>Jürgen</i>       | 19.30-20.30<br><b>ZUMBA</b><br><i>Pamela</i>      | 19:15-20:15<br><b>BARRE-WORKOUT</b><br><i>Conny</i>  |  |   |   |
|  |   | 20.00-21.00<br><b>BODYCOMBAT</b><br><i>Stefan</i> | 20.15-21.15<br><b>INDOOR CYCLING</b><br><i>Miran</i> |  |   |   |

Indoor Cycling: Bitte telefonische Anmeldung am selben Tag!

MUNICHGYM GmbH  
Kathi-Kobus-Str. 11  
80797 München

Phone: 089 127 377 46  
Web: [www.munichgym.de](http://www.munichgym.de)  
Email: [mail@munichgym.de](mailto:mail@munichgym.de)

Raum 1  
Raum 2

#### ÖFFNUNGSZEITEN:

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



Spontane Änderungen werden auf unserer Facebook-Seite "MUNICHGYM" bekannt gegeben.