

Gruppenkursplan Gültig ab 01.10.2018

V
O
R
M
I
T
T
A
G

A
B
E
N
D

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8 ¹⁵ – 8 ⁴⁵ Rücken Express	8 ¹⁵ – 8 ⁴⁵ Rücken Express	8 ¹⁵ - 9 ¹⁵ PUMP	8 ¹⁵ – 9 ⁰⁰ TONE	8 ¹⁵ – 9 ¹⁵ Balance
8 ⁵⁰ – 9 ²⁰ Dehnen	8 ⁵⁰ – 9 ²⁰ NEU! CXWORX	9 ³⁰ - 10 ⁰⁰ Dehnen	9 ⁰⁵ – 9 ³⁵ Rücken Express	9 ²⁰ - 10 ²⁰ Spinning
9 ³⁰ – 10 ³⁰ Spinning	9 ²⁵ – 10 ¹⁰ TONE		9 ⁴⁰ – 10 ¹⁰ NEU! CXWORX	
	10 ³⁰ - 11 ⁰⁰ Aquagymnastik			
17 ⁴⁵ - 18 ⁴⁵ PUMP	18 ⁰⁰ – 18 ⁴⁵ TONE	17 ³⁰ - 18 ⁰⁰ Dehnen	17 ³⁰ - 18 ⁰⁰ NEU! CXWORX	17 ¹⁵ - 17 ⁴⁵ NEU! CXWORX
19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ Spinning	19 ⁰⁰ - 19 ³⁰ GRIT	18 ⁰⁵ - 19 ⁰⁵ PUMP	18 ⁰⁵ - 19 ⁰⁵ Balance	18 ⁰⁰ - 18 ³⁰ GRIT
		19 ¹⁵ – 20 ¹⁵ Spinning		

Änderungen vorbehalten!
An Feiertagen findet kein Kursprogramm statt!

Öffnungszeiten:
MO – FR 08:00 – 22:00 Uhr
SA, SO 09:00 – 20:00 Uhr
Feiertag 09:00 – 13:00 Uhr

Schulstraße 7, A-3442 Langenrohr
Tel.: +43 2272/72072
www.injoy-langenrohr.at
E-Mail: info@injoy-langenrohr.at