

# FIT & WELL KURSPLAN

## MONTAG

### PILATES

08:30 - 09:25



### FIT DURCH DEN ALLTAG

09:30 - 10:00



### KETTLEBELL

17:20 - 18:20



### CYCLING FITNESS

18:30 - 19:30



### MOBILITY

19:40 - 20:20



## DIENSTAG

## MITTWOCH

### RÜCKENFIT

08:15 - 09:00



### CYCLING FITNESS

09:15 - 10:15



### FIT KIDS

17:00 - 17:50



### FULL BODY

18:00 - 18:50



### ZUMBA

19:00 - 20:00



## DONNERSTAG

### FUNCTIONAL FITNESS

18:00 - 19:00



### YOGA

19:15 - 20:15



## FREITAG

### YOGA

08:30 - 09:45



HOL DIR DIE APP!

FIT BY WIX  
EINLADUNGSCODE:  
FITUNDWELL

KURSBUCHUNG UNTER  
[WWW.FITUWELL.AT](http://WWW.FITUWELL.AT) ODER  
Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

