



Unser Gymnastik-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 9.55 Uhr Rückentraining			9.00 - 9.55 Uhr Body-Workout	9.00 - 9.55 Uhr Pilates	9.30 - 10.25 Uhr ZUMBA-FITNESS®	10.00 - 10.55 Uhr FitVital
10.00 - 10.55 Uhr Yoga-Workout		10.00 - 10.55 Uhr Hatha-Yoga			10.30-11.25 Uhr Jumping	11.00 - 11.55 Uhr STRONG BY ZUMBA®
17.00 - 17.55 Uhr Jumping	17.00 - 17.55 Uhr Body-Workout	17.00 - 17.55 Uhr ZUMBA-FITNESS®	17.00 - 17.55 Uhr Kick Box Aerobic	17.00 - 17.55 Uhr H.I.I.T		17.00 - 17.55 Uhr WAKL
18.00 - 18.55 Uhr H.I.I.T	18.00 - 18.55 Uhr Functional	18.00 - 18.55 Uhr Pump	18.00 - 18.55 Uhr Step Mittelstufe	18.00 - 18.55 Uhr Rückentraining		
19.00 - 19.55 Uhr Rückentraining	19.00 - 19.55 Uhr Easy Step Fat-Attack	19.00 - 19.55 Uhr Bauch-Beine-Po	19.00 - 19.55 Uhr Pump			
20.00 - 20.55 Uhr Tae-Bo	20.00 - 20.55 Uhr Body-Toning	20.00 - 20.55 Uhr Jumping	20.00 - 20.55 Uhr Energy-Yoga	20.00 - 20.55 Uhr TRX		

Unser Indoor-Cycling-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				10.00 - 10.55 Uhr Level 2-3		11.00 - 11.55 Uhr Level 2-3
					14.30 - 16.00 Level 3-4	
17.00 - 17.55 Uhr Level 1-2				17.00 - 17.55 Uhr Level 3-4		
18.00 - 18.55 Uhr Level 2-3	18.00 - 18.55 Uhr Level 2-3	18.00 - 18.55 Uhr Level 1-2	18.00 - 18.55 Uhr Level 2-3	18.00 - 18.55 Uhr Start-Up		
	19.00 - 19.55 Uhr Level 1-2	19.00 - 19.55 Uhr Level 2-3				

Indoor-Cycling - Der Megatrend

Die Teilnehmerliste zum Eintragen in die Indoor-Cycling Kurse hängt im Studio aus.

- Anfänger
- Fortgeschrittene
- Expert

Winterplan gültig ab 10.09.2018

Rehabilitationssport-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15.00 - 15.50 Uhr	10.00 - 10.50 Uhr	9.00 - 9.50 Uhr	10.00 - 10.50 Uhr	15.00 - 15.50 Uhr		
16.00 - 16.50 Uhr	11.00 - 11.50 Uhr		11.00 - 11.50 Uhr	16.00 - 16.50 Uhr		



FitVital Erlebnisswelt GmbH

Martin Herrmann

Moosstraße 91-97 | 96050 Bamberg

Tel. 0951 - 9 17 61 21 | Fax 0951 - 9 17 18 14

www.fitvital-bamberg.de

info@fitvital-bamberg.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 6.00 bis 23.00 Uhr

Samstag & Sonntag 9.00 bis 20.00 Uhr

Sauna:

Montag bis Freitag 08.00 bis 22.30 Uhr

Samstag & Sonntag 10.00 bis 19.30 Uhr



GRATIS MINICLUB

Wir freuen uns auf Ihre Liebsten!

Betreuungszeiten:

Mo, Di, Mi, Do, Fr. 16.45 bis 20.15 Uhr

An den Feiertagen nach Aushang.