

Unser Gymnastik-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 9.55 Uhr Yoga - Workout					9.30 - 10.25 Uhr ZUMBA - FITNESS®	10.00 - 10.55 Uhr Shape your Body
10.00 - 10.55 Uhr Rückentraining		10.00 - 10.55 Uhr Full Body - Tabata		10.00 - 10.55 Uhr Pilates	10.30 - 11.25 Uhr Jumping	11.00 - 11.55 Uhr Tae - Bo®
						
17.00 - 17.55 Uhr Jumping	17.00 - 17.55 Uhr Bauch-Beine-Po	17.00 - 17.55 Uhr Tae - Bo® Anfänger	17.00 - 17.55 Uhr Jumping	17.00 - 17.55 Uhr H.I.I.T. Bootcamp		
18.00 - 18.55 Uhr H.I.I.T.	18.00 - 18.55 Uhr Yoga	18.00 - 18.55 Uhr Body - Workout	18.00 - 18.55 Uhr Step Mittelstufe	18.00 - 18.55 Uhr Rückentraining		
19.00 - 19.55 Uhr Pilates	19.00 - 19.55 Uhr Easy Step Fat - Attack	19.00 - 19.55 Uhr ZUMBA - FITNESS®	19.00 - 19.55 Uhr Pump			
	20.00 - 20.55 Uhr Body - Toning					



FitVital Erlebniswelt

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 06.00 bis 23.00 Uhr
Samstag & Sonntag 09.00 bis 20.00 Uhr

Sauna:

Montag bis Freitag 09.00 bis 22.30 Uhr
Samstag & Sonntag 09.30 bis 19.30 Uhr

Unser Indoor-Cycling-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	08.00 - 08.55 Uhr Level 1-2			09.00 - 09.55 Uhr Level 2-3		10.15 - 11.10 Uhr Level 1-2
						
17.00 - 17.55 Uhr Level 1-2						
18.00 - 18.55 Uhr Level 2-3	18.00 - 18.55 Uhr Level 3-4	18.00 - 18.55 Uhr Starter Kurs	17.30 - 18.25 Uhr Level 2-3			
	19.00 - 19.55 Uhr Level 1-2					

- Anfänger
- Fortgeschrittene
- Expert

Indoor-Cycling - Der Megatrend

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

Winterplan gültig ab 15.09.2023

Rehabilitationssport-Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
11.00 - 11.50 Uhr	10.00 - 10.50 Uhr	9.00 - 9.50 Uhr	10.00 - 10.50 Uhr	11.00 - 11.50 Uhr	12.00 - 12.50 Uhr	
15.00 - 15.50 Uhr	11.00 - 11.50 Uhr	11.00 - 11.50 Uhr	11.00 - 11.50 Uhr	15.00 - 15.50 Uhr	13.00 - 13.50 Uhr	
16.00 - 16.50 Uhr			16.00 - 16.50 Uhr	16.00 - 16.50 Uhr		



MINICLUB

Wir freuen uns auf Ihre Liebsten!

Betreuungszeiten:

Mo-Di-Mi-Do-Fr 16.45 bis 19.30 Uhr

An den Feiertagen nach Aushang.