

# Kursplan Fitness Suite Exklusiv für Frauen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p><b>Pilates</b> 8:30 - 9:30</p>	<p><b>Hot Iron™</b> Fettverbrennung mit System 9:30 - 10:30</p> <p><b>Yoga</b> Hatha Flow 10:45 - 12:00</p>	<p><b>Bodybliss</b> Rückenfit 8:30 - 10:00</p>	<p><b>Yoga</b> Iyengar® (Einsteiger) 8:00 - 9:30</p> <p><b>Zumba®</b> Gold (Einsteiger, Ü50) 9:30 - 10:30</p>	<p><b>Yoga</b> Iyengar® (Fortgeschritten) 8:00 - 9:30</p> <p><b>Flexibar®</b> Shaping 9:30 - 10:30</p>	<p><b>X-CO®</b> Shaping 8:30 - 9:30</p>	<p><b>Specials nach Ankündigung</b></p>
<p><b>Bauch Beine Po</b> Physio-Functional 18:00 - 19:00</p> <p><b>Hot Iron™</b> Topfit mit der Langhantel 19:00 - 20:00</p> <p><b>Zumba®</b> Dance Fitness 20:00 - 21:00</p>	<p><b>Stoffwechsel-Zirkel &amp; Faszien</b> Geräteraum 18:00 - 19:00</p> <p><b>Yoga</b> Iyengar® 19:00 - 20:30</p>	<p><b>Tae Bo</b> Fitness Boxing &amp; Kicking 18:00 - 19:00</p> <p><b>Abnehm-Zirkel</b> Geräteraum 18:30 - 19:30</p> <p><b>Body Styling</b> Muskulatur &amp; Form in der Figur 19:00 - 20:00</p>	<p><b>Bauch Beine Po</b> Rückenfit 18:00 - 19:00</p> <p><b>Yoga</b> Yin 19:00 - 20:30</p>	<p><b>Hot Iron™</b> Kraftausdauer &amp; Straffung 17:30 - 18:30</p>		

**Fitness Suite**  
Wohlfühlen & Ziele erreichen

Fitness Suite  
Eugen-Friedl-Str. 6  
(am REWE, neben S-Bahn)  
82340 Feldafing  
Tel. 08157 - 999 000  
www.fitness-suite.de