



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 9.45 Uhr Bodyshape	9.00 - 10.00 Uhr LES MILLS BODYPUMP	9.00 - 9.45 Uhr Bodyshape		9.00 - 9.45 Uhr Bodyshape		10.30 - 11.30 Uhr LES MILLS BODYPUMP
9.45 - 10.30 Uhr Rücken/Pilates		9.45 - 10.30 Uhr Bauch/Rücken		9.45 - 10.30 Uhr LES MILLS BODYBALANCE	11.00 - 12.00 Uhr Indoor Cycling	11.35 - 12.30 Uhr LES MILLS BODYBALANCE
17.15 - 18.00 Uhr Bauch Beine Po	17.15 - 18.00 Uhr Langhantel STRONG	17.30 - 18.30 Uhr Step & Style	17.30 - 18.00 Uhr Bauch Beine Po	17.30 - 18.30 Uhr Bodyshape		
18.00 - 18.45 Uhr Step 1	18.00 - 19.00 Uhr Zumba 	18.30 - 19.25 Uhr LES MILLS BODYPUMP	18.00 - 19.00 Uhr Step 2			
18.45 - 19.30 Uhr LES MILLS BODYBALANCE	19.00 - 20.15 Uhr Yoga	19.30 - 20.30 Uhr Polar Indoor Cycling 	19.00 - 20.00 Uhr Zumba 			
19.30 - 20.30 Uhr Indoor Cycling						



Unsere Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.00-23.00 Uhr, Sa-So 9.00-19.00 Uhr

Och-City-Sport | Dr.-Wolff-Straße 2 ... in den City-Arkaden | 65549 Limburg | Info-Tel.: 06431/219080 | info@och-city-sport.de