

VilFit Wochenplan

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
8:30					
8:45	Step & Tone 8:45-9:45 bei Helene	Power Pilates 8:45-9:45 bei Helene	Step & Tone 8:45-9:45 bei Helene	Pump 8:45-9:45 bei Helene	Schwungringfit 8:30-9:30 bei Gabriela
9:00					
9:15					
9:30					
9:45					
10:00	Schwungring- fit 10:00-11:00 bei Gabriela		Pasión por el baile    10:00-11:00 bei Virginia		Pilates 10:00-11:00 bei Jessica
10:15					
10:30					
10:45					
11:00					
11:15					
13:30					
13:45					
14:00	Pilates 14:00-15:00 bei Heidi				
14:15					
14:30					
14:45					
15:00					
16:30					
16:45					
17:00					
17:15					
17:30					
17:45					
18:00			FAMO Pilates 18:00-19:00 bei Claudia		Yin und Restorative Yoga 18:00-19:30 bei Stefanie
18:15					
18:30	Pasión por el baile    18:30-19:30 bei Virginia				
18:45					
19:00					
19:15		Bodytoning 19:15-20:15 bei Helene	FAMO Pilates 19:10-20:10 bei Claudia	Pump 19:15-20:15 bei Helene	
19:30					
19:45					Meditation 20:00-21:00 bei Stefanie
20:00					
20:15					
20:30					