

KURSPLAN

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo 08:00 - 22:00 Uhr
 Di 08:00 - 22:00 Uhr
 Mi 08:00 - 22:00 Uhr
 Do 08:00 - 22:00 Uhr
 Fr 08:00 - 22:00 Uhr
 Sa 10:00 - 18:00 Uhr
 So 09:00 - 18:00 Uhr

KINDERBETREUUNG

Mo, Mi, Fr 08:30 - 11:30 Uhr

SAUNAÖFFNUNGSZEITEN

Mo, Mi, Do, Fr 17:30 - 22:00 Uhr
 Di 17:30 - 22:00 Uhr (Damen)
 Sa 15:00 - 18:00 Uhr
 So 09:30 - 18:00 Uhr

Pabstenweg 10
 96215 Lichtenfels
 ☎ 0 95 71 / 73 91 12
 sportstudio-highlight.de



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09.00 - 10.00 Uhr IndoorCycling B+F+P	9.30 – 10.30 Uhr Zumba ® B+F+P	9.10 – 10.10 Uhr Rückenschule B+F	9.30 – 10.30 Uhr yogaCORE B+F+P	09.00-10.00 Uhr Bodytoning B	10.30 - 11.30 Uhr athleticMOVES F+P Ab 07.01.2023!
17.00 Uhr Boxen Kinder	18.30 Uhr Kickboxen+Boxen Sparring Raum II	17.30 – 18.45 Uhr yogaBasic B+F+P	17.55 Uhr HOT IRON 2 ® *L B+F+P	15.50 – 16.50 Uhr Self-Defense Kickboxen	
18.15 Uhr Boxen Anfänger + Fortgeschrittene Raum II	18.50 Uhr HOT IRON Cross ® *L B+F+P	18.00 Uhr Laufgruppe Treffpunkt lt. Laufplan	19.05 – 20.05 Uhr Zumba ® B+F+P	18.00-18.55 Uhr STep&STyle B+F	
18.00 – 18.45 Uhr faszienFIT B+F+P	20.00 Uhr Rückenschule B+F	18.50 – 19.50 Uhr Bauch/Beine/Po B	19.00 Uhr Kickboxen Raum II Anfänger + Fortgeschrittene	19.00 Uhr BodyFlexxx B+F+P	SONNTAG
18.55 – 19.55 Uhr Strong REPublic ® *L B+F+P	*L = siehe Levelverteilung	20.00 – 21.15 Uhr bodyART B+F+P	20.10 - 21.10 Uhr IndoorCycling B+F+P	17.00 Uhr Boxen Kinder	9.05 – 10.05 Uhr HOT IRON 1 *L B+F+P
Kursplan No. 47		B Beginner	F Fortgeschritten	18.00 Uhr Kickboxen Anfänger Raum II	9.30 Uhr Laufgruppe Treffpunkt lt. Laufplan
				10.20 -11.20 Uhr PowerPump B+F	
				P Profi	

This is **FITNESS.**



STRENGTH



CARDIO



BODY & MIND