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

Highlight

MONTAG

09.00 - 10.00 Uhr
IndoorCycling
B+F+P

17.00 Uhr
Boxen Kinder

18.15 Uhr
Boxen
Anfänger + Fortgeschrittene
Raum II

18.00 – 18.45 Uhr
faszienFIT
B+F+P

18.55 – 19.55 Uhr
Strong REPublic ®
***L B+F+P**

Kursplan No. 47

DIENSTAG

9.30 – 10.30 Uhr
Zumba ®
B+F+P

18.30 Uhr
Kickboxen+Boxen
Sparring Raum II

18.50 Uhr
HOT IRON 1 ®
***L B+F+P**

20.00 Uhr
Rückenschule
B+F

***L = siehe Levelverteilung**

MITTWOCH

9.10 – 10.10 Uhr
Rückenschule
B+F

17.30 – 18.45 Uhr
yogaBasic
B+F+P

18.00 Uhr
Laufgruppe
Treffpunkt lt. Laufplan

18.50 – 19.50 Uhr
Bauch/Beine/Po
B

20.00 – 21.15 Uhr
bodyART
B+F+P

B Beginner

DONNERSTAG

9.30 – 10.30 Uhr
yogaCORE
B+F+P

17.55 Uhr
HOT IRON Cross ®
***L B+F+P**

19.05 – 20.05 Uhr
Zumba ®
B+F+P

19.00 Uhr
Kickboxen Raum II
Anfänger + Fortgeschrittene

20.10 - 21.10 Uhr
IndoorCycling
B+F+P

F Fortgeschritten

FREITAG

09.00-10.00 Uhr
Bodytoning B

15.50 – 16.50 Uhr
Self-Defense
Kickboxen

18.00-18.55 Uhr
STep&STyle B+F

19.00 Uhr
BodyFlexxx
B+F+P

17.00 Uhr
Boxen Kinder

18.00 Uhr
Kickboxen
Anfänger
Raum II

P Profi

SAMSTAG

10.30 - 11.30 Uhr
athleticMOVES
F+P
Ab 07.01.2023!

SONNTAG

9.05 – 10.05 Uhr
HOT IRON 2
***L B+F+P**

9.30 Uhr
Laufgruppe
Treffpunkt lt. Laufplan

10.20 -11.20 Uhr
PowerPump
B+F

This is FITNESS.