






MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	9:45-10:30 BAUCH BEINE  PO	9:45-10.30 STARKER RÜCKEN	9:45-10:30 DRUMS & DANCE	 <p>KURSPROGRAMM 2023 Fitness Studio Prick-Vogel</p>
	10:45-11:30 Reha 1 WS	10:45-11:30 STARKER RÜCKEN 	10:00-10:45 CIRCUIT TRAINING	
	16:30-17:30 Reha 2 WS		16:00-16:45 Judo ab 3 WS	16:45-17:45 YOGA WS
17:00-17:45 WELLNESS MOVES PILATES				17:00-17:45 CIRCUIT TRAINING
18:00-18:45 WELLNESS MOVES PILATES 	18:15-18:45 B.M.W		18:00-18:45 CIRCUIT TRAINING	18:00-19:00 BOX AEROBIC
18:45-19:30 CIRCUIT TRAINING	19:00-19:45 STEP AEROBIC	19:00-19:45 HANTELN BAUCH BEINE PO	19:00-19:45 STARKER RÜCKEN 	
19:45-20:45 Judo ab 16 Jahre WS		19:45-20:30 CIRCUIT TRAINING		
	20:00-20:45 HANTELN BAUCH BEINE PO	20:00-21:00 YOGA WS		ACHTET AUF DIE SAMSTAG WORKSHOPS

Hier findet gleichzeitig ein Zoom Live Angebot statt. Ihr müsst nicht in das Studio kommen um dabei zu sein. Für eure online Teilnahme benötigen wir eure E-Mail Adresse. Hier bekommt ihr dann Einladungslinks. Im Kursraum dürft ihr trotzdem gerne mit machen. Schreibt an info@fitnessprickvogel.de

Hinter WS verbergen sich unsere Workshops. Diese sind extra zu buchen und ihr benötigt keine Studiomitgliedschaft. Die Termine findet ihr auf unserer Homepage unter Aktuelles oder im Studio

Zu eurer Sicherheit haben wir zusätzlich zur Fensterlüftung mobile Luftreinigungsgeräte aufgestellt.

ES GILT DIE AKTUELLE CORONA VERORDNUNG.