



KURSPLAN

Gültig ab 10/2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	 fle-xx Wirbelsäul.gymn 09:30 – 10:20	Rückenfit 09:15 - 10:05		Reha 09:00 - 09:45
Bike Burner 10:00 - 11:30	Reha 10:30 – 11:15	Reha 10:30 – 11:15	Reha 10:00 – 10:45	Reha GEMISCHT 10:15 – 11:00
 fle-xx Wirbelsäulen- gymnastik 16:00 – 16:50		Reha GEMISCHT 16:15 – 17:00		Kinder-Reha 15:30 – 16:15
Reha 17:00 - 17:45		Reha 17:15 – 18:00	Bike Burner 17:00 – 18:10	Kinder-Reha 16:30 – 17:15
Core Workout 18:10 – 19:00	Total Body Workout 18:00 – 18:50	Cycling indoor ODER outdoor (je nach Wetterlage) 18:10 – 19:10	Total Body Workout 18:30 – 19:20	NEU: An jedem 1. Sonntag im Monat: Überraschkurs 10:30 – 11:30
Pilates 19:15 – 20:00	Bauch intensiv 19:15 – 19:40	Yoga 19:30 – 20:30	Step Fit 19:30 – 20:00	

Reha-Kurse nur für Kunden mit einer gültigen Reha-VO!

Alle Kurse finden statt, wenn **mindestens 5 Teilnehmer** anwesend sind. Es besteht kein Anspruch auf die Durchführung der Kurse! **Kursausfälle und Kursplanänderungen sind jederzeit möglich!** Bei Ausfällen bemühen wir uns aber um Vertretungen! Bitte meldet euch verbindlich (telefonisch, per Whatsapp oder persönlich) zu unseren Kursen an; die Plätze sind limitiert!

Unsere Öffnungszeiten:

Montag:	08:30-12:00	15:30-21:00
Dienstag:	08:30-12:00	15:30-20:30
Mittwoch:	08:30-12:00	15:30-21:00
Donnerstag:	08:30-12:00	15:30-20:30
Freitag:	08:30-12:00	15:00-19:00
Samstag:	11:00-14:00	
Sonn- u. Feiertage:	10:00-13:00	

Tel.: 02801-706955 (mit AB – wir rufen auch gerne zurück!) oder
mobil: +49 178 8588483 – melde dich auch zu unserem Whatsapp-Newsletter an!
E-Mail: xanten@womens-fit.de

Weitere Informationen unter: www.womens-fit.de oder besucht uns auf Facebook oder Instagram für alle News rund ums Studio!

Wir freuen uns Jederzeit über neue Likes😊!



Info: Kurzfristige Kursausfälle oder Kursplanänderungen sowie aktuelle Öffnungszeiten z.B. an Feiertagen stehen immer auf unserer **Webseite** sowie auf **Facebook/Instagram!** So seid Ihr stets aktuell informiert...!