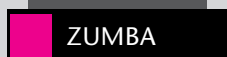
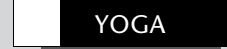
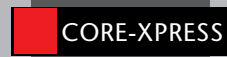
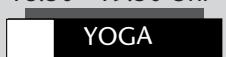
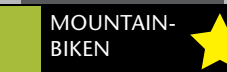


MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
FERIENKURSPLAN - WOCHE VOM 07.09.26 - 13.09.2026						Jeden 1. des Monats FUNCTIONAL statt 4STREATZ
09:00 - 10:00 Uhr  BODYART	08:30 - 09:30 Uhr  QI GONG	09:00 - 10:00 Uhr  BODYSTYLE	09:30 - 10:30 Uhr  MOBILITÄT 		11:00 - 12:00 Uhr  FUNCTIONAL - TABATA	10:00 - 11:00 Uhr  4STREATZ
10:10 - 11:10 Uhr  LESMILLS BODYPUMP		10:10 - 11:10 Uhr  CYCLING				11:10 - 12:10 Uhr  CYCLING
	17:30 - 18:30 Uhr  YOGA	18:00 - 19:00 Uhr  ZUMBA	18:30 - 19:30 Uhr  LESMILLS BODYPUMP	17:40 - 18:40 Uhr  PILATES		11:10 - 12:10 Uhr  YOGA
	18:45 - 19:45 Uhr  FUNCTIONAL - TABATA	19:10 - 20:10 Uhr  CIRCL MOBILITY	19:30 - 20:30 Uhr  CORE-XPRESS	18:50 - 19:50 Uhr  YOGA		
	20:00 - 21:00 Uhr  CYCLING		19:00 - 21:00 Uhr  MOUNTAIN-BIKEN 			

◀ Lüften und Teilnehmer-Wechsel

KURSINTENSITÄT:

-  Powerkurs
-  Powerkurs
-  Powerkurs
-  Dancekurse
-  Moderater Kurs
-  Yoga
-  Ruhiger Kurs

FERIENKURSPLAN - WOCHE 4

KURSERKLÄRUNG:

1. Für alle News bitte immer auf www.lifegym.de und auf **HOME** gehen!
2. Für alle Kurserklärungen auf **KURSE** gehen
3. Für alle Kursänderungen oder Kursausfälle bitte auf **KURSPLAN** gehen!!!

Während den Feiertagen und Ferien gilt ein geänderter Kursplan.

News und Kursausfälle werden tagesaktuell auf www.lifegym.de angezeigt!

OUTDOOR-MOUNTAINBIKEN

Über den Sommer wird jeden Donnerstag bei entspr. Wetter draußen gefahren! Es besteht Helmpflicht! Das Teilnehmen geschieht auf eigene Gefahr! Anmeldung erforderlich unter: Stefan Maier, Tel. 01514-1629380



FACEBOOK: LifeGym
INSTAGRAM: lifegym_stockdorf



FEIERTAGE UND FERIEN:

An den Feiertagen gelten gesonderte Öffnungszeiten und Kursänderungen!
SIEHE AUSHANG!
und unter: www.lifegym.de
Für alle Fragen: info@lifegym.de

ACHTUNG! Änderungen vorbehalten • Aktuelle Änderungen und NEWS immer auf: www.lifegym.de