

WINTER

GÜLTIG AB 14. JANUAR

ANGEBOTS & KURSPLAN

AUGSBURG

HARDY'S
the place to be



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG		
				7:30 Uhr Pump Express 30 Minuten				
		7:45 Uhr Functional Training 15 Minuten						
8:30 Uhr Zirkeltraining 30 Minuten		8:00 Uhr Stretch 15 Minuten		8:00 Uhr Stretch / Faszien 15 Minuten				
8:30 Uhr Rehasport ■	8:30 Uhr Rehasport ■	8:30 Uhr Rehasport ■	8:30 Uhr Rehasport ■	8:30 Uhr Rehasport ■				
9:15 Uhr Rehasport ■	9:15 Uhr Rehasport ■	9:15 Uhr Rehasport ■		9:15 Uhr Rehasport ■				
10:00 Uhr CX Worx		10:00 Uhr Body Balance	10:00 Uhr Rehasport ■	10:00 Uhr Pilates			10:15 Uhr Body Pump	
10:30 Uhr Body Balance	10:30 Uhr Zirkeltraining 30 Minuten	11:00 Uhr Personal Training mit Kassenzuschuss (30 Minuten, nur mit Anmeldung)	10:45 Uhr Rehasport ■	11:00 Uhr BBP			10:30 Uhr LM Tone	11:00 Uhr Yoga 90 Minuten
11:30 Uhr Personal Training mit Kassenzuschuss (30 Minuten, nur mit Anmeldung)	11:30 Uhr Rehasport ■		11:30 Uhr Rehasport ■	11:30 Uhr Personal Training mit Kassenzuschuss (30 Minuten, nur mit Anmeldung)				11:45 Uhr Body Pump
12:00 Uhr Rehasport	12:45 Uhr HIIT 15 Minuten	12:15 Uhr Rückenfit 30 Minuten		12:00 Uhr Functional Training 30 Minuten				
13:00 Uhr Sexy Ass 15 Minuten	13:15 Uhr Stretch 15 Minuten	12:45 Uhr Flex-I-bility 15 Minuten		13:00 Uhr Functional Training 30 Minuten	13:30 Uhr Mobility 15 Minuten			
13:30 Uhr Bauch Workout 15 Minuten								

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
			15:30 Uhr Rehasport ■	15:30 Uhr Rehasport ■		
	15:30 Uhr Rehasport ■		16:15 Uhr Rehasport ■	16:15 Uhr Rehasport ■		
	16:15 Uhr Rehasport ■	16:30 Uhr Functional Training 30 Minuten				
17:00 Uhr Personal Training mit Kassenzuschuss (30 Minuten, nur mit Anmeldung)	17:00 Uhr Rückenfit 45 Minuten		17:00 Uhr Rehasport ■	17:00 Uhr Body Balance		
17:30 Uhr CX Worx	17:45 Uhr Rehasport ■		17:45 Uhr Rehasport ■	18:00 Uhr Personal Training mit Kassenzuschuss (30 Minuten, nur mit Anmeldung)		
17:45 Uhr Mobility 15 Minuten	17:45 Uhr HIIT 15 Minuten					
18:00 Uhr Body Pump	18:00 Uhr Body Balance	18:00 Uhr CX Worx	18:00 Uhr CX Worx	18:00 Uhr CX Worx		
18:30 Uhr Functional Training 30 Minuten	18:30 Uhr Bauch Workout 15 Minuten	18:30 Uhr Grit	18:30 Uhr Grit	18:30 Uhr Grit		
	18:45 Uhr Mobility 15 Minuten		18:45 Uhr Mobility 15 Minuten			
19:00 Uhr Body Jam	19:00 Uhr Body Pump	19:00 Uhr Body Pump (ab Dez. 19)	19:00 Uhr Body Pump 45 Minuten	19:00 Uhr Body Jam		
19:15 Uhr Faszien 15 Minuten	19:30 Uhr Functional Training 30 Minuten	19:15 Uhr Faszien 15 Minuten		19:00 Uhr Bauch Workout 15 Minuten		
19:30 Uhr Bauch Workout 15 Minuten		19:30 Uhr Bauch Workout 15 Minuten	19:45 Uhr Bauch Workout 15 Minuten			
20:00 Uhr Grit	20:00 Uhr Body Combat	20:00 Uhr Body Balance	20:00 Uhr Faszien 15 Minuten			
			20:00 Uhr Zumba			
20:30 Uhr Body Balance						



■ Reha-Kurse (Mit Voranmeldung und gültiger Verordnung buchbar)