

KURSE FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Kursänderungen vorbehalten! Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite über aktuelle Kurszeiten und die Kursbeschreibungen.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:45 Power Zirkel		09:00 - 09:45 Rücken/Bauch		09:00 - 09:45 Easy Step		
10:00 - 10:30 Balance		10:00 - 10:30 Balance		10:00 - 10:30 Balance	10:30 - 11:30 Yoga & Entspannung	10:30 - 11:30 Zumba
11:00 - 11:45 Gesunder Rücken	11:00 - 12:15 Pilates & Entspannung	11:00 - 11:45 Bodyworkout		11:00 - 11:45 Bodyworkout		
16:30 - 17:30 Step & Shape						
17:30 - 18:00 Bauch	18:00 - 18:30 PoPur	17:30 - 19:00 Yoga & Entspannung	17:30 - 18:15 Body & Weights			
18:00 - 19:00 Rückenfitness	18:30 - 19:00 Faszientraining		18:15 - 19:00 Step Aerobic			
	19:00 - 20:00 Zumba	19:00 - 20:00 Belly Dance Fitness	19:15 - 20:15 Zumba			



Viva Vital e.K. • 91126 Schwabach
Nürnberger Str. 39 c • Telefon: 09122 877978

Öffnungszeiten viva vital frauenfitnessstudio

Montag bis Freitag: 08:30 - 20:30 Uhr

Samstag, Sonn- & Feiertage: 10:00 - 18:00 Uhr

■ Fitness ■ Bodyforming ■ Figur & Gesundheit