

KURSPROGRAMM FITHOCH3 | STUDIO 1

Indoorkurse: Heinrich Hertz Straße 30 in Offenburg

Outdoorkurse: Treffpunkt Parkplatz Strandbad Gifiz in Offenburg

Sommerpause: 29.07.-18.08.2019 | Winterpause: 24.12.2019-05.01.2020 | Fasnachtspause 20.02.-25.02.2020



Montag	Dienstag	Dienstag Outdoorfit	Mittwoch Raum 1	Mittwoch Raum 2	Mittwoch Raum 3	Donnerstag	Sonntag
						09:00 - 10:00h Pilates durchgehend	
10:00 - 11:15h Yoga 07.10. – 02.12.19	10:30 - 11:30h Faszien Training 08.10. – 03.12.19	10:00 - 11:00h Outdoorfit mit Baby durchgehend				10:00 - 11:00h Pilates mit Baby durchgehend	11:00 - 12:00h Pilates durchgehend
		17:30 - 18:30h Workout&Walk 17.09.-22.10.19		16.45 – 17.45h Faszien Training 09.10. – 04.12.19		17:30 - 18:30h Yoga für Schwangere durchgehend	
18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	18:30 - 19:30h Workout&Run 17.09.-22.10.19	18:00 - 19:00h Functional Training durchgehend	17:45 - 19:00h Yoga 09.10. – 04.12.19	18:00 - 19:00h Workout 09.10. – 04.12.19	18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	
19:00 – 20:00h Rücken Workout durchgehend	19:00 - 20:00h Functional Training 08.10. – 03.12.19		19:00 - 20:00h Functional Training durchgehend	19:00 - 20:00h Yoga durchgehend		19:00 - 20:00h Pilates durchgehend	
	20:00 - 21:00h Workout 08.10. – 03.12.19						

KURSPROGRAMM FITHOCH3 | STUDIO 2

Studio2: Grabenallee 24 in Offenburg



Montag

Dienstag

Mittwoch

18:00 – 19:15h
Flow Yoga
durchgehend

18:45 – 19:45h
Flow Yoga
ab 17.09.19

10:00 – 11:00h
Flow Yoga

19:30 – 20:30h
Power Yoga
durchgehend

20:00 – 21:00h
Relax Yoga
ab 17.09.19