

KURSPROGRAMM FITHOCH3 | STUDIO 1

Indoorkurse: Heinrich Hertz Straße 30 in Offenburg

Outdoorkurse: Treffpunkt Parkplatz Strandbad Gifiz in Offenburg

Sommerpause 17.08.-13.09.20 |

Winterpause 23.12.20-06.01.21



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 05.10. – 30.11.20 speziell für AOK Mitglieder	10:30 - 11:30h Faszien Training 06.10. – 01.12.20 speziell für AOK Mitglieder					10:00 - 11:00h Pilates mit Baby durchgehend	11:00 - 12:00h Pilates durchgehend
				16.45 – 17.45h Rückenfit 07.10. – 02.12.20 speziell für AOK Mitglieder			
18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	17:30-18:30h Outdoorfit W&W 13.07. – 18.09.20	18:00 - 19:00h Functional Training durchgehend	17:45 - 19:00h Hatha Yoga 07.10. – 02.12.20 speziell für AOK Mitglieder	17:45 - 18:45h Functional Fitness 07.10. – 02.12.20 speziell für AOK Mitglieder	18:00 - 19:00h Pilates durchgehend	
19:00 – 20:00h Power Pilates durchgehend	19:00 - 20:00h Functional Fitness 06.10. – 01.12.20 speziell für AOK Mitglieder					19:00 - 20:00h Pilates durchgehend	
	20:00 - 21:00h Rückenfit 06.10. – 01.12.20 speziell für AOK Mitglieder						

KURSPROGRAMM FITHOCH3 | STUDIO 2

Studio2: Grabenallee 24 in Offenburg



Montag

18:15 – 19:15h

Power Yoga
durchgehend

19:30 – 20:30h

Power Yoga
durchgehend