

KURSPLAN

gültig ab 15. November 2023

SPORTPARK
LADY  **KRONBERG**



Lady Fitness wie sie Spaß macht! | Genießen Sie unseren exklusiven Trainingskomfort!

ÖFFNUNGSZEITEN:

FITNESS

Mo – Fr 9.00 – 21.00 Uhr
Sa, So &
Feiertage 10.00 – 16.00 Uhr

WELLNESS

Mo – Fr 9.30 – 20.30 Uhr
Sa, So & Feiertage 10.30 – 15.30 Uhr

Weitere Informationen erhalten
Sie im Fitnessclub.

Sportpark-Lady Kronberg GmbH & Co. KG
Lady Fitness
61476 Kronberg · Westerbachstraße 4
Telefon: (0 61 73) 993 80 38
E-Mail: info@sportpark-lady-kronberg.de
Internet: www.sportpark-lady-kronberg.de



KURSPLAN

gültig ab 15. November 2023

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Bodystyle 9.30 60	Milon Figurzirkel 9.30 30	BBP 9.30 60	Milon Figurzirkel 9.30 30	Body Complete 9.30 60	Funktional Training 10.30 60	RückenYoga 10.15 90
Rückenfit 10.35 60		Faszientraining 10.35 30			Zumba 11.35 60	Deepwork 12.00 90
Pilates 17.30 60	TRX 17.30 30			Bauchexpress 17.30 30		
Bauchexpress 18.00 30	Basic Yoga 17.30 90	Bodystyle 18.30 60	Hatha Yoga 17.30 90	Rückenfit 18.00 60		
Zumba 18.35 60	Zumba 19.05 60	Mobility & Stretch 19.35 60	Kickboxen 19.05 60			

■ Kraft ■ Stabilität
■ Ausdauer ■ Körper, Geist & Seele

