

Stundenplan

PowerPlate / TRX / Bootcamp Training

Gültig ab Januar 2017

Montag	PowerPlate	TRX	Bootcamp
08.00 – 08.25	■		
08.30 – 08.55	■		
09.00 – 09.25		■	
10.10 – 10.50			■
12.00 – 12.25	■	■	
12.30 – 12.55	■	■	
13.00 – 13.25	■	■	
18.00 – 18.25	■	■	
18.30 – 18.55	■	■	
19.00 – 19.25	■		

Donnerstag	PowerPlate	TRX
09.00 – 09.25	■	
12.00 – 12.25	■	■
12.30 – 12.55	■	■
18.00 – 18.25	■	■
18.30 – 18.55	■	

Dienstag	PowerPlate	TRX
08.00 – 08.25	■	
08.30 – 08.55	■	
09.00 – 09.25		■
11.10 – 11.50		
12.00 – 12.25	■	■
12.30 – 12.55	■	■
13.00 – 13.25	■	
18.00 – 18.25	■	
18.30 – 18.55	■	
19.00 – 19.25	■	■
19.30 – 19.55	■	

Freitag	PowerPlate	TRX	Bootcamp
08.00 – 08.25		■	
08.30 – 08.55		■	
09.00 – 09.25	■		
09.30 – 09.55	■		
11.10 – 11.50			■
12.00 – 12.25	■	■	
12.30 – 12.55	■	■	
13.00 – 13.25	■		
17.00 – 17.40			■

Mittwoch	PowerPlate	TRX	Bootcamp
08.00 – 08.25		■	
08.30 – 08.55	■		
09.00 – 09.25		■	
09.30 – 09.55	■		
11.10 – 11.50			■
12.00 – 12.25	■	■	
12.30 – 12.55	■	■	
13.00 – 13.25	■		
18.30 – 18.55		■	
19.00 – 19.25	■		
19.30 – 19.55	■		

Samstag	PowerPlate	TRX
09.00 – 09.25	■	
09.30 – 09.55	■	
10.00 – 10.25		■

Sonntag	PowerPlate	TRX
09.00 – 09.25	■	
09.30 – 09.55	■	
10.30 – 10.55		■

Buchungsreglement

- Die Reservation der Kurse kann frühestens 1 Woche vor deren Durchführung erfolgen. Wenn Sie zum Beispiel am Kurs vom Montag, 18. August um 19.00 Uhr teilnehmen möchten, können Sie sich Ihren Platz frühestens ab Montag, 11. August 19.00 Uhr mit persönlicher oder telefonischer Anmeldung sichern.
- Für Ihre Reservation wenden Sie sich bitte direkt an unsere Fitnessberaterinnen und Fitnessberater.
- Pro Power-Plate-Lektion können im System „individuelles Gruppentraining“ maximal vier Teilnehmer gebucht werden. Jeder Teilnehmer hat seine eigene Power Plate.
- Die im Kursplan aufgeführten Lektionen werden unabhängig von der Teilnehmerzahl durchgeführt.
- Vom Kursplan abweichende Wünsche für Personal-Trainings müssen direkt mit dem Fitnessberater abgesprachen werden.
- Nachfragebedingte Anpassungen des Kursplanes bleiben dem Fitnesspark vorbehalten