

KURSPLAN



MO

DI

MI

DO

FR

08:30 - 09:00 Uhr BALLance		08:30 - 09:30 Uhr Gyrokinesis	08:30 - 09:45 Uhr Yoga	08:30 - 09:00 Uhr Mobility Strech
09:15 - 10:15 Uhr Yoga		09:40 - 10:00 Uhr Core		
10:00 - 10:20 Uhr Flexx - Intensiv (Fläche)		10:00 - 10:20 Uhr Flexx - Intensiv (Fläche)		
18:00 - 18:45 Uhr Bodyweight	18:35 - 19:00 Uhr BBP		18:00 - 18:30 Uhr Fettverbrennungszirkel	
19:00 - 20:15 Uhr Yoga	19:00 - 20:15 Uhr Yoga			
19:30 - 20:30 Uhr Boxen				

ONPEAK ▾ Sportplatz 39 ▾ 6365 Kirchberg ▾ 05357 35866 ▾ www.onpeak.at

Öffnungszeiten: Montag 08:00 - 12:00 Uhr & 16:00 - 21:00 Uhr ▾ Dienstag 16:00 - 21:00 ▾ Mittwoch 08:00 - 12:00 Uhr & 16:00 - 21:00 Uhr
Donnerstag 16:00 - 21:00 Uhr ▾ Freitag 09:00 - 13:00 Uhr