

# JONNY'S CLASSES

CLUB BLEYLE LOFT / BRENZSTRASSE 4 / 71636 LUDWIGSBURG  
- GÜLTIG AB 12.03.2020 -

| MONTAG  | DIENSTAG  | MITTWOCH  | DONNERSTAG                                    | FREITAG   | SAMSTAG | SONNTAG                                   |
|---|---|---|---|---|---------|---|
| 09:30 - 10:30 UHR<br>BODYPUMP<br>KURSRAUM             | 09:30 - 10:30 UHR<br>PILATES<br>KURSRAUM          | 09:30 - 10:30 UHR<br>POWER HOUR<br>KURSRAUM           |   | 09:30 - 10:30 UHR<br>STEP<br>KURSRAUM                 |         | 10:30 - 11:30 UHR<br>ROTATION<br>KURSRAUM |
| 10:30 - 11:30 UHR<br>YOGA<br>KURSRAUM                 | 10:30 - 11:30 UHR<br>BODY BALANCE<br>KURSRAUM     | 10:35 - 11:05 UHR<br>FASZIEN TRAINING<br>KURSRAUM     |   | 10:30 - 11:30 UHR<br>BODY PUMP<br>KURSRAUM            |         | 11:30 - 12:30 UHR<br>ROTATION<br>KURSRAUM |
|   |   |   |   |   |         | 12:45 - 14:00 UHR<br>YOGA<br>KURSRAUM     |
|   |   |   |   |   |         |   |
|   |   |   |   |   |         |   |
|   | 17:15 - 17:45 UHR<br>FASZIEN TRAINING<br>KURSRAUM |   | 17:45 - 18:30 UHR<br>RÜCKEN FIT<br>KURSRAUM   | 18:00 - 18:45 UHR<br>JM FUNCTIONAL TRAIN.<br>KURSRAUM |         |   |
| 18:00 - 19:00 UHR<br>CORE<br>KURSRAUM                 | 17:45 - 18:45 UHR<br>PILATES<br>KURSRAUM          | 18:00 - 18:45 UHR<br>XCO SHAPE<br>KURSRAUM            | 18:30 - 19:15 UHR<br>POWER HOUR<br>KURSRAUM   | 18:45 - 19:45 UHR<br>TAE BO<br>KURSRAUM               |         |   |
| 19:00 - 19:30 UHR<br>CROSS WORKOUT<br>TRAININGSFLÄCHE | 18:45 - 20:00 UHR<br>YOGA<br>KURSRAUM             | 19:00 - 19:30 UHR<br>CROSS-WORKOUT<br>TRAININGSFLÄCHE | 19:30 - 20:30 UHR<br>BODY BALANCE<br>KURSRAUM | 20:00 - 21:15 UHR<br>YOGA<br>KURSRAUM                 |         |   |
| 19:00 - 20:00 UHR<br>IN SHAPE<br>KURSRAUM             | 19:00 - 19:30 UHR<br>SIXPACK<br>TRAININGSFLÄCHE   | 19:00 - 20:00 UHR<br>BODY COMBAT<br>KURSRAUM          |   |   |         |   |
| 20:00 - 21:00 UHR<br>ZUMBA<br>KURSRAUM                | 20:10 - 21:10 UHR<br>PUMP IT UP<br>KURSRAUM       | 20:00 - 21:00 UHR<br>ZUMBA<br>KURSRAUM                |   |   |         |   |
|   |   |   |   |   |         |   |