

# KURSPLAN AB 15. MAI 2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG & SONNTAG
<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Functional Kraft Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #add8e6; padding: 5px;">                     Indoor Cycling Gym 2 09.00 - 10.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Functional Kraft Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Yoga Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     MOVE Gym 1 09.00 - 10.00 Uhr                 </div>	<p><u>Fit World TS Kursbereich</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- TG Schlüssel oder Transponderarmband nicht vergessen</li> <li>- Alle Kurse können nur über die My Wellness APP gebucht werden</li> <li>- <b>Großes Handtuch &amp; (Empfehlung eigene Matte)</b></li> <li>- Bitte pünktlich zum Kursbeginn anwesend sein</li> </ul> <p>Wir freuen uns auf Dich !!!</p> <p><b>kurzfristige Änderungen der Kurse sind in der My Wellness App ersichtlich !</b></p>
<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Pilates Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Pilates Flow Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Wirbelsäule Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Beckenbodentraining Gym 1 10.15 - 10.45 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Strength &amp; Mobility Gym 1 10.15 - 11.15 Uhr                 </div>	
<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     bodyART® Gym 1 18.00 - 18.55 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">  </div>			<div style="background-color: #add8e6; padding: 5px;">                     Zumba® Gym 1 17.30 - 18.30 Uhr                 </div>	
<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Mobility + Stretch Gym 1 19.00 - 19.30 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Fitness Mix Gym 1 18.00 - 18.55 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #90ee90; padding: 5px;">                     Yoga Gym 1 18.00 - 19.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     STRONG Nation® Gym 1 18.00 - 19.00 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Power Yoga Gym 1 18.40 - 19.15 Uhr                 </div>	
<div style="background-color: #add8e6; padding: 5px;">                     Indoor Cycling Gym 2 19.15 - 20.15 Uhr                 </div>	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px;">                     Wirbelsäule Gym 1 19.15 - 20.15 Uhr                 </div>				

**Bitte für alle Kurse einen Platz in der My Wellness App reservieren. Die Reservierung ist 48 Stunden vor Beginn des Kurses möglich!!!**

ALLE KURSE FINDEN AB 3 TEILNEHMERN STATT ! - VERSCHIEDENE KRANKENKASSEN BEZUSCHUSSEN DAS GESUNDHEITSPROGRAMM VON FIT WORLD TS. NÄHERE INFORMATIONEN AN DER REZEPTION, ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN!

## Fit World TS

Bürgerwaldstraße 4  
83278 Traunstein  
Tel.: 0861 2092330  
Fax: 0861 2092331

info@fitworldts.de  
www.fitworldts.de

## Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.30 - 21.30 Uhr  
Sa 15.00 - 20.00 Uhr  
So 09.00 - 15.00 Uhr  
Feiertage 10.00 - 15.00 Uhr (oder nach Aushang)

■ Muskelkräftigung

■ Körper & Geist

■ Ausdauer

● Förderung durch verschiedene Krankenkassen



My Wellness App - sprich uns auf Deinen persönlichen Link an!

