



TowerPower

KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10:00 – 11:00 Uhr (K) BODYFIT	10:00 – 11:00 Uhr (K) YOGA	10:00 – 11:00 Uhr (K) BODYFIT	10:15 – 11:15 Uhr (K) PILATES	10:00 – 11:00 Uhr (K) BODYFIT	10:30 – 11:30 Uhr (K) BODYPUMP LANGHANTEL	11:00 – 12:00 Uhr (K) TABATA
					11:30 – 12:00 Uhr (K) CORE	11:00 – 12:00 Uhr (FA) BODYCROSS
17:30 – 18:00 Uhr (K) BODY WORKOUT	17:30 – 18:00 Uhr (K) RÜCKEN- WELLNESS		17:00 – 18:00 Uhr (K) YOGA			
18:00 – 19:00 Uhr (K) STEP	18:00 – 19:00 Uhr (K) BODYPUMP LANGHANTEL	18:00 – 19:00 Uhr (K) DANCE WORKOUT		18:00 – 18:30 Uhr (K) STRETCH & RELAX		
	18:30 – 19:30 Uhr (FA) BODYCROSS		18:30 – 19:30 Uhr (FA) BODYCROSS			
19:00 – 20:00 Uhr (K) JUMPING FITNESS		19:00 – 20:00 Uhr (K) JUMPING FITNESS				

K = Kursraum | FA = Functional Area | Gültig ab September 2023.

TowerPower GmbH | Am Turm 30 | 53721 Siegburg
 Mo. – Fr. 7:00 – 22:00 Uhr | Sa. + So. 9:00 – 18:00 Uhr
 Telefon: 02241/666 33 | E-Mail: info@towerpower.de
 Web: www.towerpower.de

