

# HIGH FIVE! Gruppenkurse

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00	<b>Pilates</b> 09.00—10.00	<b>TRX &amp; Bauch</b> 09.00—09.30	<b>Pilates</b> 09.00—10.00		<b>High Functional</b> 09.00—09.30	<b>High Fit Powerbands</b> 09.00—09.25	<b>High Functional</b> 09.00—09.25
	<b>Powerbands</b> 09.30—10.00	<b>Bodyforming</b> 09.35—10.05		<b>M.A.X.</b> 09.30—10.05	<b>TRX &amp; Bauch</b> 09.35—10.00	<b>TRX</b> 09.30—10.00	<b>Sixpack</b> 09.30—10.00
10.00	<b>Zumba</b> 10.05—11.05	<b>High Functional</b> 10.10—10.40	<b>Bauch, Beine, Po</b> 10.05—10.35	<b>Yoga</b> 10.10—11.10		<b>Spinning</b> 10.10—11.10	<b>Spinning</b> 10.10—11.10
						<b>High Five HIIT</b> 10.15—10.50	<b>Body Pump</b> 10.05—11.05
11.00	<b>TRX Powerbands</b> 11.45—12.10	<b>Sixpack</b> 11.45—12.10	<b>M.A.X.</b> 11.45—12.10	<b>TRX</b> 11.45—12.10	<b>Sixpack</b> 11.45—12.10	<b>Bauch, Beine, Po</b> 10.55—11.20	<b>Pilates</b> 11.10—12.10
	<b>Spinning</b> 12.10—13.10	<b>Spinning</b> 12.10—13.10		<b>Spinning</b> 12.10—13.10	<b>High Fit Powerbands</b> 12.15—12.40	<b>Yoga</b> 11.25—12.25	<b>Boxen</b> 11.15—12.15
12.00	<b>Yoga</b> 12.15—13.15	<b>Body Pump</b> 12.15—13.15	<b>Power Yoga*</b> 12.15—13.15	<b>Body Pump</b> 12.15—13.15	<b>Pilates</b> 12.15—13.15		
	<b>High Functional</b> 12.15—12.45		<b>High Functional</b> 12.15—12.45				
17.00	<b>Zumba</b> 17.30—18.30	<b>TRX &amp; Bauch</b> 17.30—18.00	<b>Power Step TRX</b> 17.30—18.00	<b>TRX-Pump</b> 17.30—18.00	<b>High Functional</b> 17.30—18.00		
	<b>Powerbands Sixpack</b> 17.30—18.00	<b>Powerbands</b> 18.05—18.30			<b>High Burning</b> 18.05—18.30		
18.00	<b>High Functional</b> 18.05—18.30	<b>Fatburner Step</b> 18.10—19.10	<b>High Functional</b> 18.05—18.30	<b>Pilates</b> 18.05—19.05	<b>M.A.X.</b> 18.35—19.05		
18.30	<b>M.A.X.</b> 18.35—19.05	<b>Boxen</b> 19.00—20.00	<b>M.A.X.</b> 18.35—19.05	<b>Boxen</b> 19.00—20.00			
19.00	<b>Spinning</b> 19.00—20.00	<b>Spinning</b> 19.00—20.00	<b>Flex Stretching</b> 19.10—19.25	<b>Spinning</b> 19.00—20.00			
	<b>Body Pump</b> 19.10—20.10	<b>Bauch, Beine, Po</b> 19.15—19.40	<b>Body Pump</b> 19.15—20.15	<b>Bauch, Beine, Po</b> 19.10—19.40			
20.00	<b>TRX &amp; Bauch</b> 20.20—21.00	<b>Power Yoga</b> 19.45—20.45	<b>TRX &amp; Bauch</b> 20.20—21.00	<b>Powerbands Sixpack</b> 19.45—20.15			
				<b>High Functional</b> 20.20—20.50			