

Kursplan

LEO'S
SPORTS
CLUB

Den aktuellen Kursplan zur Registrierung und Specials findest du auf unserer Homepage unter www.leos.tv
Kurzfristige Änderungen vorbehalten! Kurse sind Anmeldepflichtig!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
06:45 (35 Min.) TRX Raum4	06:45 BODYPUMP (LesMills) Raum1	07:00 HIITup! Raum1	06:45:00 (75 Min.) BODYPUMP&Core (LesMills) Raum1	06:45 (35 Min.) TRX Raum4	09:15 Outdoor Circuit Outdoor	
07:00 Indoor Cycling **_*** Raum1	06:45 Early Bird Yoga Raum3	07:00 Indoor Cycling *_** Raum2	07:00 Indoor Cycling ** Raum2	07:00 Indoor Cycling Raum1	09:15 Indoor Cycling *_** Raum2	09:15 Indoor Cycling Raum1
07:30 (35 Min.) Tower Circuit Raum4		07:00 Yoga early rise & shine Outdoor		07:30 (35 Min.) Tower Circuit Raum4	09:30 WSG Raum1	09:45 Pilates *_** Raum3
08:30 Indoor Cycling *_** Raum1		08:30 Indoor Cycling Raum1			10:00 (75 Min.) Vinyasa Yoga ** Raum3	
09:00 Pilates *_** Raum3		09:00 Pilates *_** Raum3			10:30 Indoor Cycling *_** Raum2	
10:15 BODYART Outdoor		10:15 H.I.I.T. breathe & relax Outdoor	10:30 WSG Raum1	10:30 (75 Min.) Yoga Basics *_** Raum3	10:45 BODYPUMP (LesMills) Raum1	10:45 Bodypump Chall. Raum1
12:00 WSG Raum1	12:00 Body Mind Improv. Raum1	12:00 Bodystyling Raum1	12:00 BODYPUMP (LesMills) Raum1	12:00 Pilates *_** Raum3	11:00 (35 Min.) TRX Raum4	11:00 Pilates *_** Raum3
18:00 Yoga Powerflow Outdoor	12:00 (75 Min.) Vinyasa Yoga ** Raum3	12:00 (35 Min.) TRX Raum4	12:00 (75 Min.) Yoga Open *_** Raum3		11:30 Pilates *_** Raum3	
18:30 Bootcamp Outdoor		12:00 (75 Min.) Yoga Medium ** Raum3			11:45 (35 Min.) TRX Anfänger Raum4	
	19:15 H.I.I.T. Outdoor	13:00 (35 Min.) TRX Raum4		13:15 Bodystyling Raum1	12:00 BODYCOMBAT (LesMills) Raum1	12:15 Bodystyling Raum1
13:00 (75 Min.) Yoga Basics *_** Raum3	13:15 LPP Senso ** Raum1	13:15 Dance Workout Raum1	13:15 H.I.I.T. Raum1		13:05:00 (45 Min.) Barre Workout Raum1	12:30 (75 Min.) Vinyasa Yoga ** Raum3
17:15 (35 Min.) TRX Raum4	17:30 Core (LesMills) Raum3	17:30 (35 Min.) Tower Circuit Raum4	17:30 (90 Min.) Yoga Basics ** Raum3	17:00 LPP Jumper *_** Raum1		13:15 Step Revolution** Raum1
17:30 LPP Senso*_** Raum1	18:00 Bodystyling Raum1	17:45 Yoga Basics *_** Raum3		17:30 (75 Min.) Power Yoga ** Raum3	14:30 (120 Min.) Yoga Medium **_*** Raum3	
18:15 Indoor Cycling *_** Raum2	18:15 Barre Workout Raum3	18:00 Bodystyling Raum1	18:00 Fit to the Core Raum1		15:30 Bodystyling Raum1	
18:15 (75 Min.) Vinyasa Yoga *_** Raum3	18:15 Indoor Cycling *_** Raum2	18:15 Indoor Cycling *_** Raum2				
18:45 (30 Min.) ABS ONLY Galerie	18:15 (35 Min.) Tower Circuit Raum4	18:15 (35 Min.) TRX Raum4	18:15 (35 Min.) TRX Raum4	18:15 H.I.I.T. Raum1	16:30 Step/Dance Raum1	17:15 (35 Min.) TRX Raum4
18:45 Barre Raum1	19:00 (35 Min.) TRX Raum4	18:30 (30 Min.) ABS ONLY Galerie	19:00 (35 Min.) Tower Circuit Raum4	18:15 Dance workout Raum 2		17:30 Yoga Medium Raum3
19:00 (35 Min.) TRX Raum4	19:00 Step Revolution ** Raum1	19:15 H.I.I.T. Outdoor	19:15 Bodystyling Raum2	19:00 (75 Min.) Yoga auf Englisch Raum3		
	19:15 (75 Min.) Yin Yoga Raum3	19:15 Pilates *_** Raum3				
19:30 Indoor Cycling *_** Raum2		19:15 Leo's Funct. Circuit Raum1	19:30 BODYCOMBAT (LesMills) Raum1		Level 1 * Level 1-2 *_** Level 2 ** Level 2-3 *_** Level 3 **_***	
19:45 (75 Min.) Yoga Open *_** Raum3	19:30 Indoor Cycling *_** Raum2	19:30 Indoor Cycling *_** Raum2			Strength Endurance Functional Health Outdoor	
20:00 Leo's Funct. Circuit Raum1	20:15 BODYPUMP (LesMills) Raum1	20:30 (75 Min.) Jivamukti Y.** Raum3				
		18:30 Functional Running Outdoor				

