

Sommerstundenplan ab 26.07.2018 - 03.09.2018

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3	Studio 2	Studio 3
		07:00 Indoorcycle Markus				07:00 Indoorcycl Rudi							
08:00 Indoorcycle Su				08:00 Bodywork Katja		08:30 BBP/ Stretching 90.Min Sonja							
	09:00 Yoga Su	08:30 Pilates Katja	08:45 TRX Marika					08:30 Indoorcycle Sonja	09:00 Backhealth Fabienne		09:00 TRX Sandro	09:30 Yoga Su 90.Minuten	09:30 TRX Ianara
	10:00 TRX Rebecca	09:30 Backhealth Katja				10:00 Bodyflying Cat		Reinigung 09:40 LesMills Bodypump Sonja		10:00 Latin Caribian Groove Bigs Mile			
			16:00 Bodyflying Cat							11:00 Hip Hop Commercial Int. Bigs Mile	12:00 Stretching		
17:30 Yoga- Pilates Sabine	17:30 TRX Ianara	18:00 Indoorcycle Su	18:00 Salsa-Aerobic Fernando	18:00 LesMills Bodypump Sonja	18:00 Rücken Fit Mario	18:00 Indoorcycl Su	18:00 BBP Fernando	17:00 Backhealth Fabienne	17:00 TRX Marika				18:00 Yoga Michaela
18:30 LesMills Bodypump Ianara	Reinigung 18:45 Backhealth Fabienne	Reinigung 10 - 15 Minuten		19:00 Hip Hop Urban BigsMile	19:00 Mobility Mario	Reinigung 10 - 15 Minuten		18:00 Heels Dance BigsMile	Reinigung 18:15 Yoga Michaela				
19:30 Hip Hop BigsMile	19:45 Latin Caribian Groove BigsMile	19:05 Yoga Flow Su	19:15 Bodywork Fernando			19:05 Yoga Bodywork Su	19:15 Stretching Fernando	90.Min 19:30 Latin Caribian Groove BigsMile					
20:30 Afrobeat BigsMile		20:15 Toso X Ulli 75. Min				20:15 - 21:15 Dancehall BigsMile							

ÖFFNUNGSZEITEN

MO-DO: 6:00 Uhr bis 2 Rezeption ab: 8:00 Uhr
FR - SO: 6:00 Uhr bis 2 Rezeption ab: 9:00 Uhr

Neutorgasse 16, A-1010 Wien
 Tel:+43/1/535 12 34
 Info@malu.at • www.malu.at

frei für Malu Mitglieder
Malu Mitglieder frei/ Bigsmilekunden kostenpflichtig
Kursgebühr
Tanz / mit BigsMile MG oder Block

Sommerstundenplan ab 01.07.2018 - 03.09.2018

Montag Spielplatz	Dienstag Spielplatz	Mittwoch Spielplatz	Donnerstag Spielplatz	Freitag Spielplatz	Samstag Spielplatz	Sonntag Spielplatz
		9:00 - 10:00 Functional Circuit Marika				
			18:00 - 19:00 TRX - SIXX Pack Sandro			
19:45 - 20:45 old school boxen henry levis	19:00 - 20:00 Tabata lanara	19:00 - 20:00 Fitness Challenge BigsMile		19:00 - 20:30	18:00 - 19:00 Functional Circuit Sandro	
	20:00 - 21:30 White Collar Boxen Milan					

