

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10.00 - 11.00 T Funktionelles Ganzkörpertraining	09.30 - 10.30 2 Yoga mit Baby	09.00 - 09.45 T Aktiv 60+	10.00 - 11.00 T feelfit Mom&Dad	09.00 - 09.45 T Aktiv 60+	09.30 - 10.30 2 Vinyasa Yoga	11.00 - 12.00 2 Zumba Fitness
16.00 - 17.00 T feelfit Mom&Dad	09.45 - 10.45 T feelfit Mom&Dad	10.00 - 11.00 T Rückenfit	10.00 - 11.00 2 Wirbelsäulen- gymnastik	10.00 - 11.00 T Funktionelles Ganzkörpertraining	10.00 - 11.00 T Funktionelles Ganzkörpertraining	
17.00 - 18.00 O Jumping Fitness (Outdoor)	15.00 - 15.45 T Aktiv 60+	10.30 - 11.30 O buggyFit (Volkspark)	11.00 - 12.00 2 Pilates mit Baby	10.00 - 11.00 O buggyFit (Gonsenheimer Wald)	11.00 - 12.00 2 Zumba Fitness	
17.00 - 18.00 1 Pilates mit Baby	18.00 - 19.00 2 Pilates	15.00 - 16.00 T Fitness Einsteiger	15.00 - 16.00 T Aktiv 60+	11.00 - 12.00 2 Zumba Fitness		
18.00 - 19.00 2 Vinyasa Yoga	18.30 - 19.30 T Cardiofitness	17.00 - 18.00 1 PMR Entspannungskurs	18.00 - 19.00 O Jumping Fitness (Outdoor)	15.00 - 16.00 T Fitness Einsteiger		
18.00 - 19.00 1 Yoga für Kurvenfrauen	19.00 - 20.00 1 Faszien Workout & Release	18.00 - 19.00 2 Pilates	18.00 - 19.00 2 Zumba Fitness	17.00 - 18.00 1 Pilates		
18.30 - 19.30 T Bootcamp	19.00 - 20.00 O Jumping Fitness (Outdoor)	18.30 - 19.30 T Rückenfit	18.30 - 19.30 T Bootcamp	18.00 - 19.00 1 Faszien Release		
19.00 - 20.00 1 Yoga (Schwangere)	19.00 - 20.00 2 Zumba Fitness	19.00 - 20.00 2 Zumba Fitness	19.15 - 20.45 1 Yoga Sanft	18.00 - 18.30 T Bauch Intensiv		
19.00 - 20.00 2 Zumba Fitness		19.30 - 21.00 1 Vinyasa Power Yoga	19.30 - 20.30 2 Pilates (Schwangere)	18.30 - 19.30 T Rückenfit		
				19.00 - 20.00 2 Jumping Fitness		

ZUMBA-LIVE-KURSE VIA TWITCH

11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness	11.00 - 12.00 Zumba Fitness
18.00 - 19.00 Zumba Strong	19.00 - 20.00 Zumba Fitness	19.00 - 20.00 Zumba Fitness	19.00 - 20.00 Zumba Fitness	19.00 - 20.00 Zumba Fitness		
19.00 - 20.00 Zumba Fitness						

► WWW.TWITCH.TV/ZUMBAMAINZ



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
--------	----------	----------	------------	---------	---------	---------

FOLGE UNS

Verpasse keine neuen Kurse und Events mehr

f facebook.com/feelfitmainz
@ feelfit_das_gesundheitsloft

feelfit - das Gesundheitsloft
Mombacher Straße 66
55122 Mainz

06131 - 62 99 505
info@feelfit-mainz.de
www.feelfit-mainz.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo - Fr
09.00 - 21.00
Sa
09.00 - 13.00

KINDERBETREUUNG

Mo
16.00 - 18.00
Di / Do
09.00 - 12.00

T Trainingsfläche // EG

1 Kursraum 1 // EG

2 Kursraum 2 // OG

O Outdoor