

SPORTANGEBOT FITNESSSTUDIO

SIEMENSALLEE 73-INDUSTRIEPARK, 76187 KARLSRUHE

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
		07:00 - 07:45 TRX* Chris		10:15 - 11:00 Faszien-Fit Jan
				11:00 - 11:45 Entspannung/Atemtraining Maxi
11:30 - 12:00 Rücken-Fit Chris	11:30 - 12:15 Functional-Fit Paul	11:30 - 12:00 Bauchexpress Chris	11:30 - 12:00 Bauch & Rücken Maxi	
12:00 - 12:30 Kurs SiemensinternAKG in Planung		12:00 - 12:30 TRX* Chris	12:00 - 12:30 Pilates Maxi	
17:00 - 17:45 Functional-Fit Paul				
18:00 - 19:00 Indoor Cycling* Ralph	18:00 - 18:45 Body-Fit Maxi	17:45 - 18:30 Pilates Maxi	17:30 - 18:30 Indoor Cycling* Ralph	17:30 - 18:30 Functional-Fit Stefan
	18:45 - 19:30 Faszien-Fit Maxi	18:30 - 19.15 Yoga Maxi		18:30 - 19:30 Weekend-Yoga Nalan
			Angebot ausschließlich für Siemens-Mitarbeiter	mit * markiert - 10er Karte, SC Plus oder CC erforderlich



gültig ab 01.03.2023