

# KURSPLAN

Montag 07:00 – 22:00 Uhr  
 Dienstag 09:00 – 22:00 Uhr  
 Mittwoch 07:00 – 22:00 Uhr  
 Donnerstag 09:00 – 22:00 Uhr

Freitag 09:00 – 22:00 Uhr  
 Samstag 09:00 – 17:00 Uhr  
 Sonntag 09:00 – 17:00 Uhr  
 Feiertage 09:00 – 15:00 Uhr



Industriestraße 12, 28199 Bremen-Neustadt  
 Telefon: 0421 98 98 540  
 www.fitnessgalerie-neustadt.de  
 facebook.com/fitnessgalerie.bremen



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
ZIRKEL AN DEN GERÄTEN	10:00-11:00 Pilates Marion	9:30-10:30 Yoga Melanie	10:00-11:00 Rücken Fit Melanie	10:00-11:00 Yoga Tanja	9:30-10:30 Tabata Tereza	9:30-10:30 Body Balance Sina/Alex
10:00-11:00 Rücken Fit Kevin					10:45-12:00 BMW+Body Styling Janine/Steffi	10:30-11:30 Body Attack/Pump* Sina/Alex
16:00-17:15 Wu Shu (Traditionell) Kevin	17:00-18:00 Pilates Power Jenny	16:00-17:15 Wu Shu (Traditionell) Kevin	16:30-17:30 Spinning Jo		13:30-15:00 Wu Shu Kevin	11:45-12:45 Spinning Dagmar/Tommy
17:30-18:45 BMW+Body Styling Steffi	18:15-19:15 Spinning Sabine	17:30-18:45 BMW+Body Styling Steffi	17:45-18:45 Body Combat Jessica	17:00-18:00 HIIT Janine/Wechsel	*Sonntags 10:30-11:30 Uhr Body Attack / Body Pump wöchentlich im Wechsel	
19:00-20:00 Body Balance Melanie	19:30-20:30 Body Combat Jessica	19:00-20:00 Spinning Paddy	19:00-20:00 Body Balance Melanie	18:15-19:15 Pump Alex		
	20:45-21:45 Sanda & Self Defense Kevin	20:00-21:00 <b>NEU</b> Body Attack Sina	19:30-21:00 Sanda & Self Defense Kevin	19:30-21:00 Sanda & Self Defense Kevin	<b>LIEBE KURSFREUNDE!</b> Für die Kurse in der kommenden Woche könnt Ihr Euch bereits freitags anmelden: Tel. (0421) 98 98 540 Wir wünschen Euch viel Spaß!	