



**SPORTS**  
+ INDOOR CYCLING

# KURSPLAN



## NEU! AB 13.08.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				<b>17:30 - 18:00</b> <b>Bauch Xpress</b>		<b>11:00 - 12:00</b> Indoor Cycling
<b>18:00 - 19:00</b> Indoor Cycling	<b>18:00 - 19:00</b> Indoor Cycling	<b>18:30 - 19:30</b> Indoor Cycling	<b>18:00 - 19:00</b> Indoor Cycling	<b>18:15 - 19:15</b> Indoor Cycling		
<b>18:00 - 19:00</b> Funktionelles Training						
<b>19:00 - 20:00</b> Indoor Cycling	<b>19:00 - 20:00</b> Indoor Cycling	<b>19:45 - 20:45</b> Langhantel Workout	<b>19:15 - 19:45</b> Stretch & Relax			

Vereinbare deinen nächsten Termin telefonisch 0160. 95 47 35 20, per Mail an [info@dq-sports.de](mailto:info@dq-sports.de) oder ganz einfach online auf [www.dq-sports.de](http://www.dq-sports.de). Änderungen des Plans vorbehalten.

Unsere allgemeinen Öffnungszeiten: Mo - Do 17 - 21 Uhr · Fr 16 - 20 Uhr · So 10 - 13 Uhr