

Bewegungszentrum

Fit by Witt

Mit uns bleiben Sie beweglich



Unser Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Dance Basics 10.00-11.00		Rückenfit / Bauchpower 9.30-11.00	Nordic Walking 10.00-11.30
	Bodystyling & -power 11.00-12.00			
			Young Moves (15-18 Jahre) 15.30-16.30	
JobFit 16.30-17.30	JobFit 16.30-17.30 Young Moves (11-15 Jahre) 16.30-17.30	JobFit 16.30-17.30	JobFit 16.30-17.30 Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule 50+ 16.30-17.30 Yoga 16.30-17.30	JobFit 16.00-17.00

Pilates 17.30-18.30	Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule 17.30-18.30	Latin Aerobic Basic 17.00-18.00	Pilates 17.30-18.30	Power Pilates / Strech-Relax 17.00-18.30
Bodystyling & -power 18.30-19.30 Yoga 18.30-20.00	Fitball 18.30-19.30 Workout-Mix 19.00-20.30	BOP 18.00-19.00 Yoga 18.00-19.30 Fitness und Pilates 19.00-20.30 Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule 19.00-20.00	Workout-Mix 18.30-19.30	
Workout-Mix <i>in Planung</i> 19.30-20.30	Männerfitness <i>in Planung</i> 19.30-20.30			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Bewegungszentrum Fit by Witt Emanuel-Leutze-Str. 8 (Aureum) 40547 Düsseldorf

Internet: www.fit-by-witt.de