

KURSE

GÜLTIG AB 01. OKTOBER 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.30 – 10.00 Mobility		09.00 – 10.00 Mobility		09.30 – 10.00 Mobility		
					10.15 – 11.15 BodyPump ^{LM}	10.00 – 11.00 BodyBalance ^{LM}
	18.00 – 18.30 Core	16.45 – 17.45 Pilates	18.00 – 18.30 bootyBoost	18.00 – 19.00 Pilates		
18.30 – 19.30 ^{LM} BodyPump	18.30 – 19.30 Mobility	18.00 – 19.00 ^{LM} BodyPump	18.30 – 19.30 ^{LM} BodyBalance			
19.35 – 20.25 ^{LM} Shapes	19.30 – 20.30 Dance	19.10 – 20.00 ^{LM} Shapes	19.30 – 20.30 ^{LM} BodyPump			

Öffnungszeiten: Mo – Fr 07.00 – 22.30 Uhr | Sa, So & feiertags 09.00 – 20.00 Uhr

Allgemeine Informationen:  www.fitnessloft-weil.de |  /die.Fitness.Lofts |  @fitness_lofts

Fitness-Loft Weil am Rhein | Dreiländergalerie | Europaplatz 1 | 79576 Weil am Rhein | Telefon 07621 – 56 01 20

 LES MILLS ist ein internationales Kursprogramm mit strukturiertem Ablauf und neuen Releases alle drei Monate.
Die motivierenden und effektiven Workouts werden von passender Musik begleitet und basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Fitness-Loft
BE PART OF THE FAMILY