

**LES MILLS**

26.11.2017  
**Quarterly**  
**STUTTGART**

**MASTERCLASSES**

**Uhrzeit**

**Programm**

08:30 – 09:00

Check-in

09:00 – 09:45

**LES MILLS  
BODYPUMP** 45

NEUES 45  
Min.-FORMAT

KURSRAUM 1

10:00 – 11:00

**LES MILLS  
BODYCOMBAT**

KURSRAUM 1

11:10 – 11:55

**LES MILLS  
BODYVIVE 3.1**

KURSRAUM 1

12:05 – 13:05

**LES MILLS  
BODYJAM**

KURSRAUM 1

12:10 – 12:55

**LES MILLS  
RPM**

CYCLE-RAUM

13:15 – 13:45

**LES MILLS  
CXWORX**

KURSRAUM 1

13:15 – 13:45

THEORIE\*

13:55 – 14:40

**LES MILLS  
BODYATTACK**

KURSRAUM 1

14:50 – 15:20

**LES MILLS  
GRIT**

KURSRAUM 1

15:30 – 16:15

**LES MILLS  
SH'BAM**

KURSRAUM 1

16:30 – 17:30

**LES MILLS  
LMI STEP**

KURSRAUM 1

17:45 – 18:45

**LES MILLS  
BODYBALANCE**

KURSRAUM 1

\*THEORIE: siehe Extraplan

**FIT** / **ONE**

Fit/One Stuttgart  
Hauptstätter Straße 107  
70178 Stuttgart  
[www.fitone.de](http://www.fitone.de)

National Trainer  
& Presenter vor Ort:

Marco Frey  
Jenny Kloos  
Milva März  
Edina Schaal  
Ralf Schneider  
Chris Suchomel  
Gabriel Tomic

Änderungen vorbehalten

**LES MILLS**

26.11.2017

# Quarterly STUTTGART

nur für  
Instruktoren

## THEORIE

Uhrzeit	Programm	
11:10 – 11:40	LES MILLS <b>BODYPUMP</b>	CYCLE-RAUM
13:15 – 13:45	LES MILLS <b>BODYJAM</b>	CYCLE-RAUM
13:55 – 14:25	LES MILLS <b>BODYCOMBAT</b>	CYCLE-RAUM
14:50 – 15:20	LES MILLS <b>BODYATTACK</b>	CYCLE-RAUM
15:30 – 16:00	LES MILLS <b>CXWORX</b>	CYCLE-RAUM
16:55 – 17:25	LES MILLS <b>BODYBALANCE</b>	CYCLE-RAUM
17:45 – 18:15	LES MILLS <b>LMI STEP</b>	CYCLE-RAUM