

25.11.2017

LES MILLS

Quarterly SAARWELLINGEN

MASTERCLASSES

Uhrzeit Programm

08:30 – 09:00 Check-in

LES MILLS BODYPUMP ^{45'} KURSRAUM 1
NEUES 45 Min.-FORMAT

09:00 – 09:45

LES MILLS BODYVIVE 3.1 KURSRAUM 1

10:00 – 10:45

LES MILLS LMI STEP KURSRAUM 1

11:00 – 12:00

LES MILLS CXWORX KURSRAUM 2

11:00 – 11:30

LES MILLS CXWORX KURSRAUM 2

12:15 – 12:45

LES MILLS BODYCOMBAT KURSRAUM 1

12:15 – 13:15

THEORIE*

13:25 – 13:55

LES MILLS SH'BAM KURSRAUM 1

14:10 – 14:55

LES MILLS RPM CYCLE-RAUM

14:10 – 14:55

LES MILLS BODYATTACK KURSRAUM 1

15:10 – 16:10

LES MILLS GRIT KURSRAUM 2

15:15 – 15:45

LES MILLS BODYBALANCE KURSRAUM 1

16:25 – 17:25

LES MILLS BODYJAM KURSRAUM 1

17:40 – 18:40

*THEORIE: siehe Extraplan

MAORI
FITNESS COMMUNITY

MAORI Fitness Community GbR
Carl-Friedrich-Gauß-Straße 12
66793 Saarwellingen
www.maori-fit.com

NATIONAL TRAINER &
PRESENTER VOR ORT:

Melanie Barth
Sebastian Clement
Claudio Falletta
Bastian Glasmacher
Jule Kleiber
Ralf Schneider

Änderungen vorbehalten

25.11.2017

LES MILLS

Quarterly

SAARWELLINGEN

nur für
Instruktoren

THEORIE

Uhrzeit

Programm

13:25–13:55

LES MILLS
BODYPUMP

KURSRAUM 1

13:25–13:55

LES MILLS
BODYJAM

KURSRAUM 2

13:25–13:55

LES MILLS
GRIT

CYCLE-RAUM

14:10–14:40

LES MILLS
BODYCOMBAT

KURSRAUM 2

15:15–15:45

LES MILLS
RPM

CYCLE-RAUM

16:15–16:45

LES MILLS
BODYATTACK

KURSRAUM 2

16:45–17:15

LES MILLS
BODYVIVE 3.1

KURSRAUM 2

17:40–18:10

LES MILLS
BODYBALANCE

KURSRAUM 2