

Quarterly WIEN



MASTERCLASSES

Uhrzeit **Programm***

08:30 – 09:00	Check-in
09:00 – 09:45	LES MILLS BODYPUMP 45' KURSRAUM
10:40 – 11:25	LES MILLS LMI STEP 45' KURSRAUM
11:35 – 12:20	LES MILLS SH'BAM KURSRAUM
11:50 – 12:20	LES MILLS sprint CYCLING-RAUM
12:30 – 13:30	LES MILLS BODYCOMBAT KURSRAUM
12:35 – 13:20	LES MILLS RPM CYCLING-RAUM
14:20 – 15:05	LES MILLS tone KURSRAUM
15:15 – 16:00	LES MILLS BODYATTACK 45' KURSRAUM
15:15 – 16:00	LES MILLS THE TRIP CYCLING-RAUM
16:10 – 16:55	LES MILLS BODYJAM 45' KURSRAUM
17:05 – 17:35	LES MILLS barre CYCLING-RAUM
17:05 – 17:35	LES MILLS CXWORX KURSRAUM
17:45 – 18:45	LES MILLS BODYBALANCE KURSRAUM

FIT / ONE

FIT/ONE Wien
Sternngasse 11
1230 Wien

www.fit-one.de/wien

**National Trainer
& Presenter vor Ort:**

Marco Frey
Marc Hohnroth
Sabrina Klopff
Florian Otto
Edina Schaal
Julia Scheve

Änderungen vorbehalten

*THEORIE: siehe Extraplan

LES MILLS

27.05.2018

Quarterly WIEN



nur für
Instruktoren

THEORIE

Uhrzeit	Programm
09:55 – 10:25	LES MILLS BODYPUMP KURSRAUM
10:50 – 11:20	LES MILLS SH'BAM CYCLING-RAUM
13:40 – 14:10	LES MILLS BODYCOMBAT KURSRAUM
13:40 – 14:10	LES MILLS tone CYCLING-RAUM
14:20 – 14:50	LES MILLS BODYATTACK CYCLING-RAUM
16:25 – 16:55	LES MILLS CXWORX CYCLING-RAUM
18:50 – 19:20	LES MILLS BODYBALANCE KURSRAUM