

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 08.00 - 22.00
Samstag: 10.00 - 21.00
Sonn-&-Feiertage: 10.00 - 21.00

KURSANGEBOT IM CLUB 2.0

Ab 1. Juni 2017

ACT FITNESS
STUDIO TIVOLI GmbH
STADIONSTRASSE 1, 6020 INNSBRUCK
TEL:0512/39 02 92, Fax: DW 11
mail: info@act-fitness.at
www.act-fitness.at

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Aerobicsaal	Aerobicsaal	Aerobicsaal	Aerobicsaal	Aerobicsaal	Aerobicsaal	Aerobicsaal
08.30 - 09.25	08.30 - 09.25	08.30 - 09.25		08.30 - 09.25		
BAUCH – BEINE – PO	PILATES	BODY-STYLING		BODY WORKOUT		
09.30 - 10.25	09.30 – 10.25	09.30 - 10.25		09.30 – 10.25		10.15 – 11.10
FATBURNER Indoorcycling	YOGA	LET'S GO Indoorcycling		PILATES		Cross Fit Tabata Sommerpause
	17.30 – 18.25			17.30 - 18.55		
	PILATES			BODYSTYLING		
18.30 - 19.25	18.30 – 19.25	18.30 – 19.25 NEU !!	18.00 – 19.25			18.30 – 19.25
CROSS TRAINING	FIT & FUN Indoorcycling	Rumpfkraftigung – mobile Wirbelsäule – Stretching	CYCLING Für Fortgeschrittene Indoorcycling			YOGA
19.30 - 20.25			19.30 – 20.25			
BODY - FIT + RÜCKEN			Gesundheitsboxen			