



Aktueller Kursplan **goVital** gravity Fitness

ACHTUNG: Wenn die Mindest-Teilnehmerzahl von 6 Personen in der Gymnastikstunde unterschritten wird, werden alternative Trainingsmöglichkeiten angeboten. Zwischen den Gymnastikstunden sind ca. 15 Minuten Raumbelüftung eingeplant!

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:15 - 10:15	BIOMA Gymnastik					
10:15 - 11:15					BIOMA Gymnastik	
10:30 - 11:30	BIOMA Gymnastik		BIOMA Gymnastik			
11:30 - 12:30					BIOMA Gymnastik	
13:30 - 14:30						Funktionelle Gymnastik (PGM)*
17:00 - 18:00	BIOMA Gymnastik		BIOMA Gymnastik		BIOMA Gymnastik	
18:15 - 19:15	Funktionelle Gymnastik (PGM) Koordination*	Funktionelle Gymnastik (PGM)	BIOMA Gymnastik	Funktionelle Gymnastik (PGM)	BIOMA Gymnastik	
18:30 - 19:30		Zirkeltraining				
19:30 - 20:30	Funktionelle Gymnastik (PGM)			Funktionelle Gymnastik (PGM)		

BIOMA = Biomechanische Gymnastik (nach Materia) | PGM = Progressive Gymnastik (nach Materia) | * mit Musik

goVital gravity Fitness, Alfredo Meyer,
Herrenhäuser Str. 53, 30419 Hannover Herrenhausen

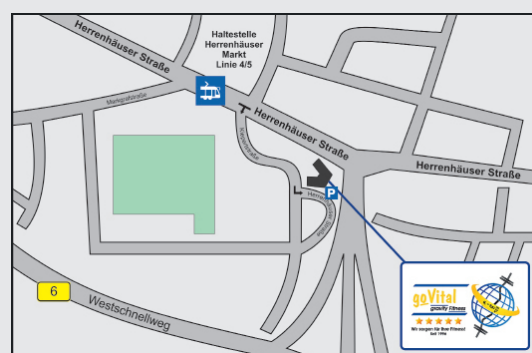
Unsere Öffnungszeiten:

Montag: 09:00 - 21:30 Uhr
Dienstag: 14:00 - 21:00 Uhr
Mi. und Fr.: 10:00 - 21:00 Uhr
Donnerstag: 14:00 - 21:30 Uhr
Samstag: 12:00 - 17:00 Uhr
Sonntag: 14:00 - 17:00 Uhr

Kontakt:

@ termin@govital-fitness.de
☎ 0511 - 2357977

www.govital-fitness.de



An gesetzlichen Feiertagen ist das Studio geschlossen!

Stand: Oktober 2019 - Änderungen vorbehalten