



CITY & COUNTRY CLUB

GROUPFITNESSPLAN ab 09/2025

Achtung: an Feiertagen finden keine Stunden statt!

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00					
9:30		DANCE FITNESS			BODYTONING &
10:00	BEST AGER	GOLD - Peter	BEST AGER		STRETCH
10:30	Michaela		Michaela		Karin
11:00	PILATES		PILATES		
11:30	Michaela		Michaela		
12:00					
12:30					
16:00					
16:30			SOFTWORKOUT		
17:00			Renate B.		
17:30	externe		externe		
18:00	Firmeneinheit	DANCE FITNESS	Firmeneinheit	ONE ♥ KOR NRG	
18:30		Peter	KUNDALINI-YOGA	Renate K.	
19:00	GESUNDER RÜCKEN	BAUCH-BEIN-PO	Iris	BODYWORK	
19:30	Gerlinde	Gabi		Renate K.	
20:00					
20:30					

Vertretungen und Ausfälle erfahren Sie bei unseren Trainerinnen & Trainern oder an der Rezeption! Weitere Infos unter: www.cityandcountry.at