Öffnungszeiten und Programm an den Feiertagen

So. 24.12.23	09.00 -13.00 Uhr	09.30 - 10.45	Body Pump mit Gerald
		10.45 - 11.45	Body Combat mit Gerald
Mo. 25.12.23	09.00 -21.00 Uhr	10.00 - 11.00	Body Balance mit Alexandra
		17.00 - 18.00	Bodstyling mit Kerstin
Di. 26.12.23	09.00 -21.00 Uhr	10.00 - 11.15	Body Pump mit Steffi
		11.15 - 11.45	Grit mit Steffi
		16.30 - 17.45	Pilates mit Brigitte
		17.45 - 19.00	Cycling Studio 2 mit Brigitte
So. 31.12.23	09.00 -13.00 Uhr	10.00 - 11.30	Yoga mit Klara
		10.00 - 11.00	Body Attack Studio 2 mit Caro
		11.00 - 12.15	Fitbox Studio 2 mit Robin
Mo.01.01.24	14.00 -21.00 Uhr	17.00 - 18.00	Bodystyling mit Vinod
		18.00 - 19.15	Cycling Studio 2 mit Vinod
Sa.06.01.24	09.00 -21.00 Uhr	10.00 - 11.30	Yoga Studio 2 mit Sonja
		10.30 - 11.45	Body Pump mit Alexander
		11.45 - 13.00	Fitness Box Training mit Alex M.
		16.00 - 17.00	Salsa Dance mit Jannira

Tel. 0941-297860
www.insel-regensburg.de

DIE INSEL
FITNESS WELLNESS CLUB
BEAUTY & VITAL LOUNGE

Zusätzlich stehen im Studio 2 außerhalb der Live Kurse die Les Mills ON DEMAN Kurse zur Verfügung.

Frohes Fest und einen guten Rutsch ins neue Jahr wünscht euch Euer Insel-Team