

Donna's

☆☆☆☆
Frauenfitness

Rhein-Sieg

Sankt Augustin

Marie-Curie-Str.8

53757 Sankt Augustin

Tel.: 02241/9327707

sanktaugustin@donnas.de

www.donnas.de

Öffnungszeiten

Mo - Fr 08.00 - 22.00 Uhr

Sa, So 10.00 - 17.00 Uhr

Feiertags siehe Aushang Studio

Saunazeiten

Mo, Mi, Fr 10.00 - 13.00 Uhr

Mo - Fr 16.00 - 21.30 Uhr

Sa, So 12.00 - 16.30 Uhr

Feiertags siehe Aushang Studio

Ihr Donna's - 6x in der Region

Was Frauen wollen!

>> Mein Kursplan <<

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 - 10:00 FUNctional Workout	09:30 - 10:30 Bodyshape	9:30 - 10:00 Bauchkiller		9:30 - 10:30 Zumba®		
9:30 - 10:30 Bodystyling	10:30 - 11:30 Body & Mind	10:00 - 11:00 Rückenfit		10:30 - 11:30 Bodystyling	10:30 - 11:30 4Streatz	11:00 - 12:00 Bodystyling
10:30 - 11:30 BalletWORKOUT		11:15 - 12:00 FUNctional Workout	11:15 - 12:00 FUNctional Workout		11:30 - 12:30 Dancehall/ HipHop	12:00 - 13:00 Fit & Relax
Unsere FUNctional Workouts finden auf der Fläche am CUBE statt! (begrenzte Teilnehmerzahl)						
18:00 - 19:00 Rückenfit	18:00 - 19:00 Bauch,Beine,Po	18:00 - 19:00 Latino/Salsa	18:00 - 19:00 Step Fatburner	17:30 - 18:30 Pilates		
19:00 - 20:00 Bodystyling	18:15 - 19:00 FUNctional Workout	19:00 - 20:00 Bauch, Beine, Po	18:15 - 19:00 FUNctional Workout	18:15 - 19:00 FUNctional Workout		
19:15 - 20:00 FUNctional	19:00 - 20:00 Fit-Bo-Mix	19:15 - 20:00 FUNctional	19:00 - 20:00 Hot Iron1™	18:30 - 19:30 Fit Mix		
20:00 - 21:00 Zumba®	20:00 - 21:00 Zumba®	20:00 - 21:00 Yoga				

Änderungen vorbehalten