



# KURSE

FÜR JEDES FITNESSLEVEL!

## ÖFFNUNGSZEITEN

MONTAG; MITTWOCH; FREITAG:  
8:00 - 22:00 UHR

DIENSTAG & DONNERSTAG:  
7:00 - 22:00 UHR

SAMSTAG & SONNTAG:  
8:00 - 20:00 UHR

## STUDIO IN ROSTOCK

BEST FITNESS GMBH  
INDUSTRIESTRASSE 15  
18069 ROSTOCK  
DEUTSCHLAND

EMAIL:  
INFO@BESTFITNESS-HRO.DE

### MONTAG

08:15 - 09:30 Uhr  
Best DeepWork

09:30 - 11:00 Uhr  
Best YOGA

17:00 - 17:45 Uhr  
Best ZUMBA

17:45 - 18:30 Uhr  
Best Tae Bo

18:30 - 19:15 Uhr  
Best Strong Nation

### DIENSTAG

08:45 - 10:00 Uhr  
Best Yoga/Pilates Mix

10:00 - 11:00 Uhr  
Best Back

11:00 - 11:30 Uhr  
Best Meditation

16:15 - 17:45 Uhr  
Best Pilates Dance

17:45 - 18:30 Uhr  
Zumba

18:30 - 19:15 Uhr  
Best Hip Hop

### MITTWOCH

09:00 - 10:00 Uhr  
Best FUNCTIONAL

10:00 - 10:45 Uhr  
Best BBP

10:45 - 11:30 Uhr  
Best Back

16:15 - 17:15 Uhr  
Best Pilates

17:15 - 18:00 Uhr  
Best BBP

18:00 - 18:45 Uhr  
Best Iron

18:45 - 19:30 Uhr  
Best JUMP

### DONNERSTAG

08:30 - 09:30 Uhr  
Best FUNCTIONAL

09:30 - 10:15 Uhr  
Best Back

10:15 - 11:00 Uhr  
Best Pilates

16:15 - 17:15 Uhr  
Best YOGA

17:15 - 18:00 Uhr  
Best Pilates

18:00 - 18:45 Uhr  
Best Step

18:45 - 19:30 Uhr  
Best Hip Hop

### FREITAG

08:15 - 09:30 Uhr  
Best Yoga/Pilates Mix

09:30 - 10:15 Uhr  
Best Aerobic

10:15 - 11:00 Uhr  
Best BBRP

17:00 - 18:30 Uhr  
Best ZUMBA



FÜR JEDEN ETWAS. BEI UNS FÜHLST DU DICH WOHL!