



Lindastraße 28
4820 Bad Ischl
Tel.: 06132 21 405
studio@excitingfit.at
fitness-salzkammergut.at/
excitingfit-bad-ischl

Kurse

VIVO ● EXCITINGFIT



Rudolf-von-Alt Weg 13b
4822 Bad Goisern
Tel.: 0720 882200
info@vivo.fit
fitness-salzkammergut.at/
vivo-bad-goisern

MONTAG

VIVO
8:00(60) YOGA
im VIVO

8:30(60)
Rückenfit

9:40 (30) Fit
über 60

17:00 (60)
Pilates

18:15 (60)
Body Workout

19:30 (60) Yoga
mit Ellen

DIENSTAG

09:30 (60)
Vital&Beweglich

10:30 (30)
Stretching

17:00 (60)
Let ´s Dance

18:15 (60)
Rückenfit

18:30 (120)
Boxen

19:20 (40)
Mobility Flow

MITTWOCH

VIVO
7:30(60) YOGA
im VIVO
VIVO
09:00 (50) Flow
Your Way VIVO

08:30 (60)
Beine-
Po-Oberkörper

09:40 (40) Qi-
Gong

16:00 (120)
WTU WING TSUN*

17:30 (60)
BodyART

18:00 (120)
Jiu- Jitsu Kids
ab 6 | Erw.

18:30 (60)
Spinning

DONNERSTAG

VIVO
16:15 (75)
EMOM im VIVO

17:00 (50)
Stretching

18:15 (60)
Powerpump

18:30 (120)
Boxen

19:20 (45)
Step-Reloaded

FREITAG

08:30 (60)
Wellnessworkout

17:00 (60)
Let ´s Dance

18:15 (50)
Weekend Relax