FACT Kursprogramm ab Oktober 2026

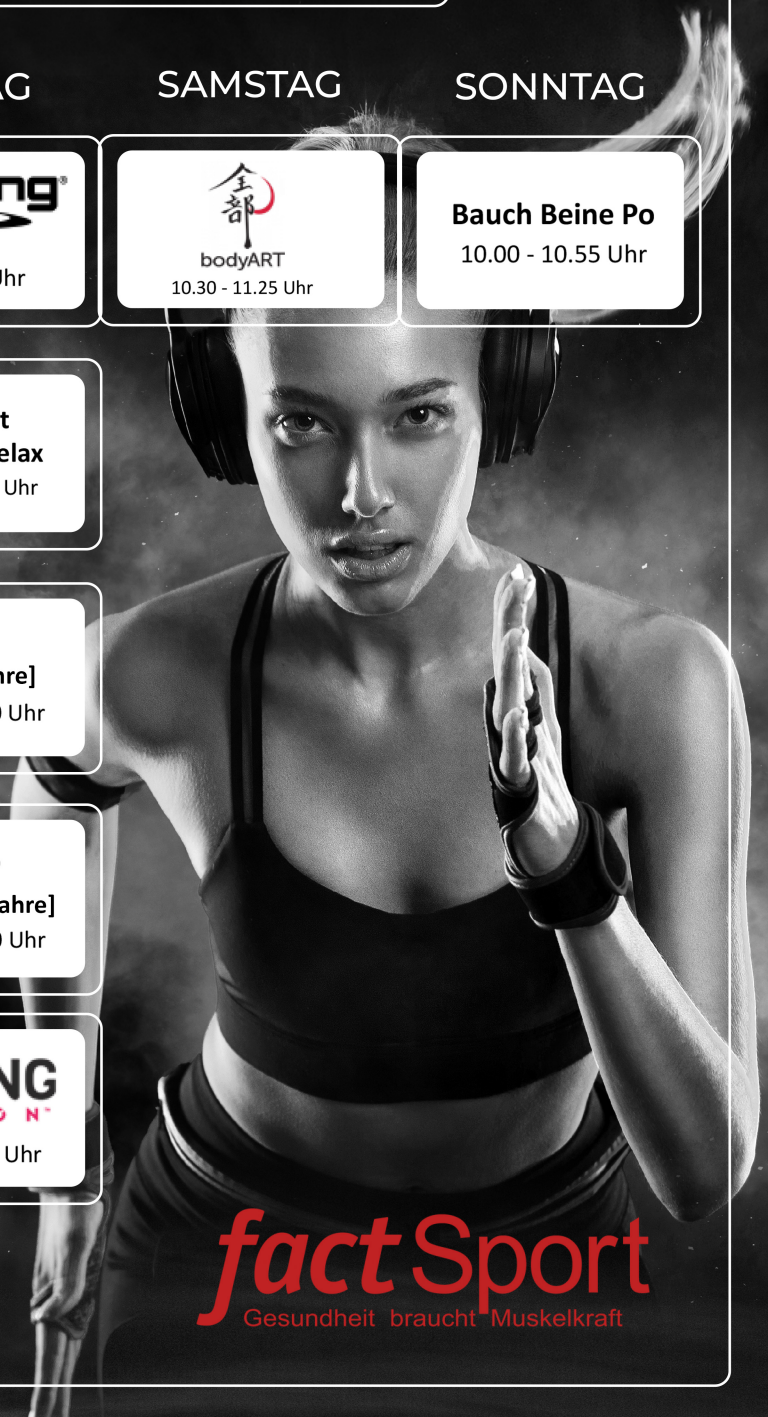
MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Körpertraining 9.30 - 10.25 Uhr	**Haltung, Bewegung und Dehnung** 9.30 - 10.25 Uhr	**Funktionelles Zirkeltraining in der FACTORY** 9.00 - 9.55 Uhr	Bewegter Rücken 9.00 - 9.45 Uhr	Jumping Fitness **Balance** 9.00 - 9.40 Uhr	bodyART 10.30 - 11.25 Uhr	**Bauch Beine Po** 10.00 - 10.55 Uhr
Jumping Fitness **Workout** 17.30 - 18.15 Uhr	**Entspannung und Körper-wahrnehmung** 10.30 - 11.00 Uhr	**Body PUMP** 10.00 - 10.55 Uhr	mami sports **Fit mit dem Baby** 09.00 - 10.00 Uhr	**Rückenfit Stretch & Relax** 9.45 - 11.00 Uhr		
bodyART 18.30 - 19.25 Uhr	STRONG 45 17.00 - 17.45 Uhr	**Bodyworkout** 17.00 - 17.55 Uhr	**Zirkeltraining an den Geräten** 10.00 - 10.55 Uhr	**HIPHOP KIDS [6-8 Jahre]** 14.30 - 15.20 Uhr		
		AYURAH 18.00 - 18.55 Uhr	**Body PUMP** 17.30 - 18.25 Uhr	**HIPHOP TEENS [9-14 Jahre]** 15.30 - 16.20 Uhr		
			bodyART 18.30 - 19.25 Uhr	STRONG NATION 17.45 - 18.40 Uhr		

NEU SAMSTAG & SONNTAG IM FACT

KICKBOXEN

jeweils 13.30 - 14.30 Uhr

BEI INTERESSE MEHR INFOS UNTER: +43 6609017508



fact Sport
Gesundheit braucht Muskelkraft

FACTBOXX Kursprogramm ab Oktober 2026

MONTAG

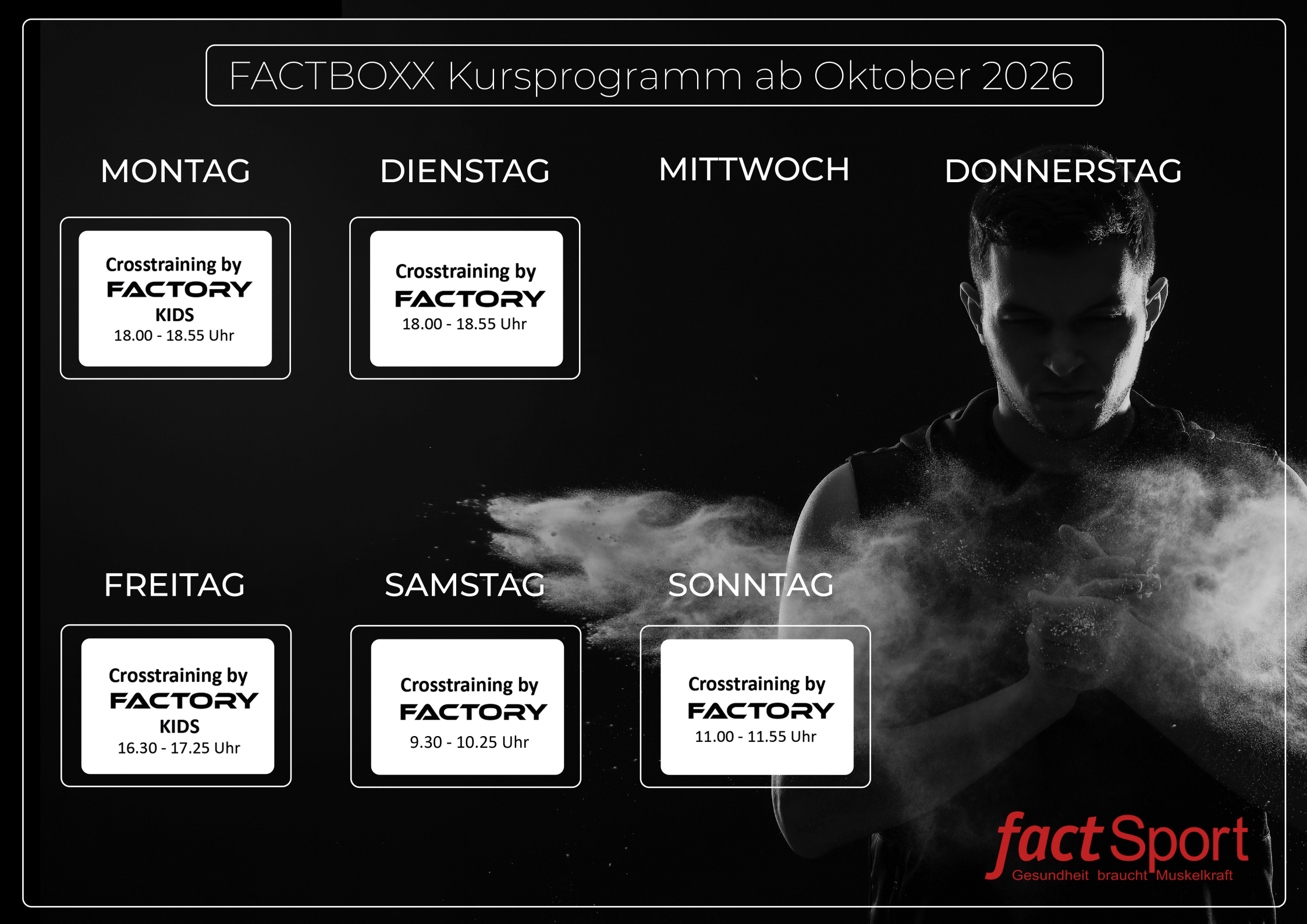
Crosstraining by
FACTORY
KIDS
18.00 - 18.55 Uhr

DIENSTAG

Crosstraining by
FACTORY
18.00 - 18.55 Uhr

MITTWOCH

DONNERSTAG



FREITAG

Crosstraining by
FACTORY
KIDS
16.30 - 17.25 Uhr

SAMSTAG

Crosstraining by
FACTORY
9.30 - 10.25 Uhr

SONNTAG

Crosstraining by
FACTORY
11.00 - 11.55 Uhr

factSport
Gesundheit braucht Muskelkraft