

# Stundenplan Studio Flow Uhdingen - gültig ab März 2026

Uhrzeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
6:30			<b>Online</b> Good Morning Session <i>YogaFlow (CI)</i>		<b>Online</b> Good Morning Session <i>YogaFlow (CI)</i>
8:00	<b>AllegroWork (CI)</b>	--	--	<b>RolleBodyLine (CI)</b>	--
9:00	Personal/Duo Training	Personal/Duo Training	Studio geschlossen	<b>AllegroWork (CI)</b>	Studio geschlossen
10:00	Personal/Duo Training	Personal/Duo Training	Studio geschlossen	--	Studio geschlossen
	Ab 16 Uhr Personal/Duo Training	--	Ab 16 Uhr Personal/Duo Training	--	Ab 16 Uhr Personal/Duo Training
18:00	<b>FlowAir (CI)</b>	<b>RolleBodyLine (He)</b>	<b>AllegroLegLine (CI)</b>	Studio geschlossen	Personal/Duo Training
19:00	<b>AllegroWork (CI)</b>	<b>AllegroWork (Be)</b> <b>FlowX-Boxen (Jo)</b>	<b>FlowAir (CI)</b>	Studio geschlossen	--
					Trainer: Claudia (CI) Jasmina (Ja)

