



Stundenplan Spinning Marathon 2010 in Hochdahl



10:00 Uhr

Wake Up Class mit Alice Siegman (Interval Energy Zone)

11:00 Uhr

Dolomiten Tour mit Renè Maier (Strength Energy Zone)

12:00 Uhr

Back to Basics Class mit Su Ordon (Endurance Energy Zone)

13:00 Uhr

Up to the amazing Hills mit Angelika Breidenbach (Strength Energy Zone)

14:00 Uhr

From Heaven to Hell mit Alexander Sahm (Interval Energy Zone)

15:00 Uhr

More than Power Class mit Thomas Lysikowski (Interval Energy Zone)

16:00 Uhr

Create your own Power Class mit Su Ordon (5 Energy Zone Ride)

17:00 Uhr

Take Part of the final DJ-Ride mit Jürgen Fürtig (Strength Energy Zone)