

KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
08:30-9:30 Rücken Aktiv 1	09:00-10:00 Funktionelles Training 1	08:00-9:00 Yoga 1	08:30-09:30 Body Balance 1	09:00-10:00 World Jumping Fitness 1	09:30-10:30 Bodystyling 1 11:00-12:00 Yoga 1
17:30-18:30 Funktionelles Training 1	18:00-19:00 Sling Training 1	17:00-18:00 Zumba 1	18:00-19:00 Pilates 2	16:00-17:00 Line Dance 1	09:15-10:15 Zumba 1 10:00-11:00 Indoor Cycling 2 10:30-11:30 BBP 1
18:45-19:45 World Jumping Fitness 1	19:00-20:00 Power Vinyasa Yoga 2	18:45-19:45 deepWORK® 1	18:30-19:15 Power Dumbbell & Abs 1	17:15-18:15 Indoor Cycling 2	
19:00-20:00 Indoor Cycling 2	19:15-20:15 Step Aerobic I 1	19:00-20:00 Indoor Cycling 2	19:15-20:15 Punch the Beat 2	17:30-18:30 Yoga 1	
	20:30-21:30 Step Aerobic II 1			18:30-19:00 Indoor Cycling 2	

SONNTAG

1 = Kursraum 1

2 = Kursraum 2

Bitte beachten sie die Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen