

KURSPLAN

Ab dem 20. September 2021

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09.30-10.30 Rückenfitness Meike Raum 1			09.00-09.55 Core und Stretch Lea Raum 1		10.00-11.00 Cycling Anika/Heiko Outdoor
					11.00-12.00 Zumba Katja Raum 1
16.30-17.15 Core und Faszien Tanja Raum 1	16.45-17.45 Cycling Anika Outdoor	17.45-18.45 Rückenfitness Meike Raum 1	17.45-18.45 Jumping Sina Raum 1	15.30-16.30 Pilates Laura Raum 3	SONNTAG
17.30-18.30 Tabata Tanja Raum 1	17.00-18.00 Full Body Workout Laura Raum 1	18.00-19.00 Cycling Heiko Outdoor	18.15-19.30 Ashtanga Yoga Jasmin Raum 3	16.00-17.00 Zumba Katja Raum 1	10.30-11.30 Zumba Katja Raum 1
18.30-19.30 Gentle Yoga Jasmin Raum 3	18.05-19.00 BBP Step Laura Raum 1	19.00-20.15 Fitness Yoga Lydia Raum 3	19.00-20.00 Body-Toning Lea Raum 1	17.00-18.00 Cycling Heiko Outdoor	

Alle Kurse mit Anmeldung.