

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

9.00 - 9.50
Bodystyling
Britta

9.00 - 9.50
Bounce & Balance
Sylvia

9.00 - 9.50
BBP Workout
Lisa

9.00 - 9.50
Rücken Workout
Nicole

9.00 - 9.50
Bodystyling
Nicole

10.00 - 10.50
Bodystyling
Britta, Nicole, Sharon

11.00 - 11.50
Jumping Fitness
Britta, Nicole, Sharon

10.00 - 10.50
Forever Young
Lisa

10:00 - 11.00
Yoga
Andy

10.00 - 10.50
Forever Young
Hannah

Bitte beachten: vorläufiger Kursplan - Start: Mo.13.7.2020
behördliche Anmeldepflicht, für alle Kurse !



Die Kurse finden in den farblich
gekennzeichneten Räumen statt!

17.00 - 18.00
Yoga
Andy

16.30 - 17.20
Jumping Fitness
Sharon

17.00 - 17.50
Langh. Pumping
Olli

16.30 - 17.20
Jumping Fitness
Lisa

17.00 - 17.50
Langh. Pumping
Anton

17.30 - 18.20
Bodystyling
Nicole

18.00 - 18.50
Booty time
Olli

17.30 - 18.20
BBP Workout
Lisa

18.00 - 18.50
Bodystyling
Anton

18.30 - 19.20
TRX
Christian

18.00 - 18.50
Rücken Workout
Nicole

18.30 - 18.50
Sixpack Workout
Britta

19.00 - 19.50
Step
Nicole

19.00 - 19.50
Jumping Fitness
Britta

Kursraum fitness- & lifestyle

Kursraum vital & gesund