

KURSPLAN

ab 12.06.2023

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 09:55 Bodyforming Simone		09:00 - 09:55 Fit in den Morgen Lisa				09:30 - 10:25 Bodypump LESMILLS Billi/Lena
		10:00 - 11:00 Präventionskurs Lisa mit Anmeldung!				
10:30 - 11:15 REHASPORT		12:15 - 13:00 REHASPORT	16:00 - 16:45 REHASPORT	10:30 - 11:15 REHASPORT		
17:00 - 17:55 Cycling Claudi		15:30 - 16:30 REHASPORT	17:00 - 17:55 Core/Rumpf LESMILLS Aylin			
18:00 - 18:55 Bauch, Beine.Po Sylke	17:00 - 17:55 Bodyworkout Lena	17:00 - 17:30 Sprint/Cycling LESMILLS Sylke	18:00 - 18:55 Zumba Aylin			
19:00 - 19:55 Bodypump LESMILLS Sylke	18:00 - 18:55 Body Control Pilates Lena	17:30 - 18:25 Bodypump LESMILLS Sylke	19:00 - 19:45 REHASPORT			
20:00 - 20:45 REHASPORT	19:00-19:55 Tone LESMILLS Billy	18:30 - 19:25 Yoga Zsuzsanna	20:00 - 20:45 REHASPORT			



leicht-mittel
 mittel
 schwer
 nur mit ärztl. Verordnung
 KIDS bitte anmelden