

KURSPLAN

Ab 02.05.2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 - 09.55 Bodyforming <i>Simone</i>		09:00 - 09.55 Vital & Gesund <i>Michael</i>		09:00 - 09.55 Bauch,Beine,Po <i>Simone</i>		09:30 - 10.25 Bodypump LESMILLS <i>Sylke/Billy</i>
17:00 - 17.55 Zumba <i>Luisa</i>			16:00 - 16:45 REHASPORT <i>Martti</i>	10.30 - 11.15 REHASPORT <i>Simone</i>		
18:00 - 18.55 Bauch, Beine, Po <i>Sylke</i>	17:00 - 17.55 Power Workout <i>Lena</i>		17:00 17.55 Bauch, Beine, Po <i>Simone</i>	18.00-19.00 Bodypump LESMILLS <i>Billy</i>	11:30 - 12:15 Zumba KIDS <i>mit Anmeldung</i>	
19:00 - 19:30 Sprint-LESMILLS HIIT Training <i>Sylke</i>	18:00 - 18.55 Body Control <i>Lena</i>	18:00 - 18.55 Pump LESMILLS <i>Sylke</i>	18:00 - 18.55 Zumba <i>Aylin</i>			
20:00 - 20:45 REHASPORT <i>Jonathan</i>	19:00 - 19.55 Cycling <i>Martin</i>	19:00 - 19:30 Sprint-LESMILLS HIIT Training <i>Sylke</i>	19:00 - 19.55 Wirbelsäule in Balance <i>Simone</i>			

leicht-mittel

mittel

schwer

nur mit ärztl. Verordnung

KIDS bitte anmelden

