

Kursplan

gültig ab 01.10.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10.00-11.00 <i>LES MILLS</i> BODYBALANCE	09.00-10.00 Bauch-Beine-Po	09.00-10.00 <i>LES MILLS</i> BODYPUMP		09.30-10.30 Wirbelsäulen- gymnastik		10.00-11.00 <i>LES MILLS</i> BODYPUMP
	10.00-11.00 Wirbelsäulen- gymnastik			10.30-11.30 <i>LES MILLS</i> BODYBALANCE		
17.00-18.00 <i>LES MILLS</i> BODYBALANCE						
18.00-19.00 Wirbelsäulen- gymnastik	18.00-19.00 Functional Fitness	18.00-19.00 <i>LES MILLS</i> BODYCOMBAT	18.00-19.00 Rücken Fit	18.00-19.00 <i>LES MILLS</i> BODYPUMP		
19.00-20.00 <i>LES MILLS</i> BODYCOMBAT	19.00-20.00 ZUMBA	19.00-20.00 <i>LES MILLS</i> BODYPUMP	19.00-20.00 Yoga	19.00-20.00 Zumba		