

KURSPLAN

KURSRAUM 1

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10:00UHR Pilates mit Sindy 45 Minuten	16:00UHR Mini Hüpfen mit Sindy 60 Minuten	09:00UHR Reha-Sport mit Rainer 45 Minuten	09:00UHR Reha-Sport mit Christian 45 Minuten	10:00UHR Reha-Sport mit Sindy 45 Minuten	10:30UHR HulaHoop mit Sindy 60 Minuten
17:30UHR Superbauch mit Antje 30 Minuten	17:00UHR Club Tiger mit Sindy 60 Minuten	17:00UHR Faszientraining mit Sindy 45 Minuten	18:00UHR Booty Training mit Sindy 30 Minuten		
18:00UHR Bodystyling mit Antje 60 Minuten	18:00UHR Functional-Fit High Intensive Interval Training mit Jule 60 Minuten		18:30UHR Balance mit Sindy 60 Minuten	18:00UHR Step mit Antje 60 Minuten	
	19:00UHR Bauch-Beine-Po mit Judith 60 Minuten	18:00UHR Pilates mit Janine 60 Minuten		19:00UHR Pump it mit Antje 60 Minuten	
	19:45UHR Step mit Judith 60 Minuten	19:00UHR Functional-Fit Express mit Sindy 30 Minuten			



KURSRAUM 2

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
18:45UHR Spinning mit Judith 60 Minuten				
			19:30UHR Latin-Dance mit Sindy 45 Minuten	

