







Stand 13.07.2020

UNSER VORLÄUFIGER-KURSPLAN FÜR SIE:



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00					
9:30	Starker Rücken 9:30h / 45 Min	 09:30 Uhr / 45 Min	Yoga 9:30h / 60 Min	Starker Rücken 9:30h / 60 Min	Pilates 9:30h / 45 Min
10:00	Stretching 10:15h / 15 Min				Stretching 10:15h / 15 Min
17:30			Bauch/Beine/Po 17:30h / 60 Min		
18:00	Bauch/Beine/Po 18:00h / 45 Min	Pilates 18:00h / 45 Min	Body Activity 18:15h / 45 Min		
18:30	Starker Rücken 18:45h / 45 Min	 18:45h / 60 Min		 18:45 Uhr / 60 Min	 18:30 Uhr / 60 Min
19:00	Stretching 19:30h / 15 Min				
19:30			Yoga 19:30h / 60 Min		
20:00					 20:00 Uhr / 60 Min

WICHTIG: Änderungen wegen der aktuellen Corona-Auflagen jederzeit möglich!

