

Stand 10.05.2021

UNSER VORLÄUFIGER-KURSPLAN



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Starker Rücken 9:30h / 60 Min	 INDOOR-CYCLING 09:30 Uhr / 45 Min		Starker Rücken 9:30h / 60 Min	Pilates 9:30h / 60 Min
Body Activity 17:30h / 60 Min				
Laufen (für Einsteiger geeignet) 18:15h / 60 Min				
Body Activity 18:30h / 60 Min	Bauch/Beine/Po 18:30h / 45 Min		 ZUMBA 18:30h / 60 Min	
	 ZUMBA 18:45h / 60 Min	 INDOOR-CYCLING 19:00h / 60 Min		
 INDOOR-CYCLING 19:45h / 45 Min				
	 ZUMBA 20:00h / 60 Min			



