

FRÜHJAHR-S-Kursplan ab FEBRUAR

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			9.30 - 10.30 Pilates			
			10.30 - 11.00 Stretch & Relax	10.15 - 11.45 Funktionelles Faszientraining		
17.30 - 18.20 Rücken in Bewegung	18:00 - 18:50 FITNESSPower Intervall	17.30 - 18.30 Spinning				
18.30 - 19.30 Latino <small>(ähnlich wie Zumba)</small>			18.30 - 19:50 Funktionelles Faszientraining			
18.30 - 19.30 Energy-Balance	18.30 - 19.30 Piloxing	18.30 - 19.30 Latino <small>(ähnlich wie Zumba)</small>	18.30 - 19.30 JUMP <small>(Trampolin)</small>			
19.30 - 20.30 Iron Fit	19.40 - 20.40 Spinning	19.30 - 20.30 Iron Fit	19.30 - 21.00 CrossFunc & TRX			
19.30 - 21.00 CrossFunc		19.40 - 20.40 FitnessBoxen 			Mindestteilnehmer- zahl bei allen Kursen: 4 Personen	NEUE Kurse