

Groupfitnessplan bis 8. Juni 2020

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Morgen	Muskel Work 09.15 / 55' <i>Alle</i> Katja	FunTone® 09.05 / 55' <i>Alle</i> Rachel	ZUMBA® 09.05 / 55' <i>Alle</i> Janick		Rücken Fitness 09.05 / 55' <i>Alle</i> Rachel	
				Faszien-Yoga 10.05 / 55' <i>Alle</i> Andrea		
Mittag	Antara® 12.15 / 50' <i>Alle</i> Andrea St.	Body Forming 12.15 / 50' <i>Alle</i> Edith	Pilates 12.15 / 50' <i>Alle</i> Milena	BodyART/ PowerYoga 12.15 / 50' <i>Alle</i> Yvonne/Milena	M.A.X. & Core 12.15 / 45' <i>Alle</i> René	
Abend				Tai Chi 16.30 / 55' <i>Alle</i> Corina		
	Muskel Work 18.00 / 55' <i>Mittel / Fortgeschritten</i> Edith	Tae Bo 2.0® 18.00 / 55' <i>Alle</i> Axel	Muskel Work 18.00 / 55' <i>Alle</i> Daniela	FunTone® 18.00 / 55' <i>Alle</i> Rachel	ZUMBA® 18.00 / 55' <i>Alle</i> Dajana	
	Faszien-Yoga 19.30 / 55' <i>Alle</i> Andrea	Pilates 19.30 / 55' <i>Alle</i> Sandra	ZUMBA® 19.30 / 55' <i>Alle</i> Dajana			

Aus organisatorischen Gründen können Kursleiter oder Kurse gewechselt werden / Kurspläne werden jahreszeitlich angepasst.