

# Vorläufiger Kursplan ab 14.06.2021

Bitte am selben Tag bis 1h 30min vor Kursbeginn telefonisch anmelden\*

Mo		Di		Mi		Do		Fr		So	
Raum 1		Raum 1		Raum 1		Raum 1		Raum 1		Raum 1	
		07:15 – 08:15 Cycling*									
										ab Juli 10:30 – 11:00 Total Body Workout*	
										ab Juli 11:15 – 12:15 Aerobic Mix*	
Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
								17:00 – 18:00 Functional Training	17:00 – 18:15 Yoga		
18:00 – 19:00 Total Body Workout	18:00 – 19:00 Body Balance	18:15 – 19:15 Cycling	18:00 – 18:55 Core & More	18:15 – 19:00 Core		18:00 – 19:00 Total Body Workout	18:00 – 19:15 Yin Yoga				16:00 – 17:15 Yoga
19:15 – 20:15 Body Pump			19:00 – 20:15 Yoga	19:15 – 20:15 Body Pump							

\* Anmeldung bitte am Vorabend

Unsere Kurse finden ab 4 Teilnehmer statt