

KURSPLAN

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 4 Personen.

*Teilnahme aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl nur mit voriger Anmeldung möglich.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
9:00 – 10:00 Gymnastik	9:00 – 10:00 Circle Trainingsfläche	9:00 – 10:00 Pilates	9:00 – 10:00 Circle Trainingsfläche	9:00 – 10:00 Zumba
9:00 – 10:00 *Cycling	10:00 – 11:00 bodyART	10:00 – 11:00 Stretch & Relax	10:00 – 11:00 *BlackRoll Zirkel Präventionskurs separat zu bez.	10:15 – 11:15 Fit in den Tag
10:00 – 11:00 Qi Gong				
18:00 – 19:00 *BlackRoll Zirkel Präventionskurs separat zu bez.		18:15 – 19:00 *Jumping Fitness	19:15 – 20:00 Body Cross	17:30 – 18:30 Fit & Muay Thai
18:20 – 19:20 Rücken-Physio	18:00 – 18:30 TRXrem	19:15 – 20:00 Body Work	19:30 – 20:30 *Cycling	
19:30 – 19:55 Bauch Spezial	18:30 – 19:30 Rücken Spezial	18:15 – 19:15 Raum II Pilates	20:00 – 21:00 bodyART	
18:45 – 19:45 Raum II Fit und Vital	18:30 – 20:00 Raum II Yoga	19:15 – 20:15 Raum II Faszien		
19:00 – 20:00 *Cycling		19:30 – 20:30 *Cycling		
20:00 – 21:00 bodyART	19:30 – 20:30 Fatburner Step	20:00 – 21:00 Zumba		