






Kursplan ab 01.03.2018



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>9.30 - 10.15 Uhr Wirbelsäulengymnastik</p> <p>18.30-19.30 Uhr Body-Workout (19.02.-12.03.2018)</p> <p>18.30-19.30 Uhr Faszientraining (09.04.-14.05.18)</p> <p>18.30-19.30 Uhr Kantaera (28.05.-25.06.2018)</p> <p>18.30-19.15 Uhr Faszientraining (23.07.-13.08.2018)</p> <p>20.00-21.00 Uhr Indoor-Cycling</p> <p>20.00-21.00 Uhr ZUMBA</p>	<p>9.15 - 10.15 Uhr Fit in den Morgen</p> <p>Dancing Kids</p>  <p>15.00 - 16.00 Uhr 4-8 Jahre</p> <p>16.15 - 17.15 Uhr 9-16 Jahre</p> <p>17.15 - 18.15 Uhr Hip Hop Teens 11-17 Jahre</p> <p>19.00-20.00 Uhr ZUMBA</p> <p>20.00-21.00 Uhr STRONG by ZUMBA</p>	<p>9.30 - 10.15 Uhr Body-Workout</p> <p>10.30-11.30 Uhr Faszientraining (02.05.-20.05.2018)</p>  <p>18.00-19.00 Uhr Step</p> <p>18.45 - 19.45 Uhr Indoor Cycling</p>	<p>9.30 - 10.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik</p>  <p>10.30 - 11.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik</p> <p>18.00 - 19.00 Uhr Wirbelsäulengymnastik</p> <p>19.00 - 20.00 Wirbelsäulengymnastik</p> <p><u>SONDERKURSE</u> 20.15 - 21.15 Uhr „ZUMBA“</p>	<p><u>Öffnungszeiten:</u> Montag - Freitag 9.00 - 12.00 Uhr 15.00 - 22.00 Uhr</p> <p>Samstag + Sonntag 9.00 - 13.00 Uhr</p> <p>18.15-19.15 Uhr Pilates-Faszien (06.04.-04.05.2018)</p> <p>18.15-19.15 Uhr Pilates (18.05.-22.06.2018)</p> <p><u>SONDERKURS</u> 18.30 - 19.30 Uhr Indoor Cycling (Oktober bis April)</p> 