

KURSPLAN

Gültig ab September 2023

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00	9.00 Yoga 75 min Gym 1				9.00 Yoga 90 min Gym 1		
10.00						10.00 Surprise 50 min Gym 1	10.00 Surprise 50 min Gym 1
12.00		12.15 Functional Training 50 min Gym 1	12.15 Indoor Cycling 50 min Gym 1	12.15 Pilates 50 min Gym 1	12.15 Functional Training 50 min Gym 1		
18.00	18.00 Indoor Cycling 50 min Gym 1	18.00 Bodytone 50 min Gym 1	18.00 Functional Training 50 min Gym 1	18.00 Dance 2 50 min Gym 1		<p>Online Anmeldung für alle Kurse Änderungen ohne Ankündigung sind jederzeit möglich</p> <p>Schwierigkeitsstufen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Stufe 1 Für alle geeignet ▶ Stufe 2 Für Fortgeschrittene geeignet ▶ Stufe 3 Für Könnler geeignet 	
19.00	19.00 Zumba 50 min Gym 1	19.00 Tae Bo 50 min Gym 1	19.00 Faszien Training 50 min Gym 1	19.00 Tae Bo 50 min Gym 1			
20.00							

