




# Kursplan

# Kursplan ab 01.01.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Morgen 	09:00 – 10:00 <b>Pilates</b> Bettina	09:00 – 10:00 <b>Spinning</b> Moni	09:00 – 10:00 <b>Toning</b> Anna	08:30 – 09:30 <b>Body Pump</b> Valeria	09:00 – 10:00 <b>Zumba</b> Kary	09:45 – 10:55 <b>Body Pump</b> Team	
					10:00 – 11:00 <b>Spinning</b> Moni	11:00 – 12:00 <b>Tai Chi</b> <b>(Nicht im Abo)</b> Marco	10:00 – 11:00 <b>Spinning</b> Osi
Nachmittag		16:30 – 17:25 <b>Wu-Shu (8-14J)</b> Marco		16:30 - 17:25 <b>Wu-Shu (4-7j)</b> Marco		13:00 – 14:00 Krav Maga <b>(Nicht im Abo)</b> Marco	
Abend 		17:30 – 18:25 <b>Tai Chi</b> <b>(Nicht im Abo)</b> Marco		17:30 – 18:25 <b>Wu-Shu (8-14j)</b> Marco			
	18:00 – 19:10 <b>Thaiboxen</b> <b>(Nicht im Abo)</b> Marco		18:00 – 19:00 <b>Spinning</b> Osi	18:30 – 19:25 <b>Body Toning</b> Mirjam	18:00 - 19:00 <b>Kung-Fu</b> <b>(nicht im Abo)</b> Marco		
	18:45 – 19:45 <b>Spinning</b> Osi	18:30 – 19:30 <b>Body Pump</b> Rosi	19:30 – 20:30 <b>Yoga</b> Sabrina	19:30 – 20:30 <b>Pilates</b> Mirjam	-Bitte Handtuch und etwas zum Trinken mitnehmen. -Saubere Indoor Schuhe sind obligatorisch -Wir empfehlen gut federnde Aerobic Schuhe  <b>CHILI FITNESS</b>		