




Kursplan ab 13. Juli 2020

Kursplan	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Morgen 	09:00 – 10:00 Pilates Bettina	08:30 – 09:30 Spinning Moni Ab 18. August	09:00 – 10:00 Toning Anna	08:30 – 09:30 Body Pump Valeria	09:00 – 10:00 Zumba Kary	09:45 – 10:55 Body Pump Team	
		09:45 – 10:50 Yoga Sandra Ab 1. September	10:05 – 10:50 Five Gym Anna Ab 2. September		10:00 – 11:00 Body Toning Moni Ab 4. September	11:00 – 11:55 Tai Chi (Nicht im Abo) Marco	
Nachmittag		16:30 – 17:25 Wu-Shu (8-14j) Marco		16:30 - 17:25 Wu-Shu (4-7j) Marco			
Abend 		17:30 – 18:25 Tai Chi Marco		17:30 – 18:25 Wu-Shu (8-14j) Marco			
	18:00 – 19:10 Thaiboxen Marco Sommerpause von: 13.7-31.8				18:00 - 19:00 Kung-Fu (nicht im Abo) Marco Ab 4. September		
		18:30 – 19:30 Body Pump Rosi	18:30 – 19:30 Yoga Sabrina	18:30 – 19:25 Body Toning Mirjam	-Bitte Handtuch und etwas zum Trinken mitnehmen. -Saubere Indoor Schuhe sind obligatorisch -Wir empfehlen gut federnde Aerobic Schuhe 		
				19:30 – 20:25 Pilates Mirjam			