

Kursplan Wiedereinstieg Juni '21

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30					"Stressfrei" für Mütter 3 x 3 Std. Anett *externer Kurs
09:00					
09:30		Rückbildung Privatleistung Andy 8 Termine		9:30 - 10:30 KiWa/ Outdoor 10er Karte	
10:00			10:00 - 11:00 Freestyle Dance 10er Karte Janka		
10:30		Rückbildung Privatleistung Andy 8 Termine			
11:00				11:00 - 12:00 Fit ins Alter 10er Karte Andy	
11:30					
12:00	12:00 - 14:30 Mittagspause				
13:00					
14:00					
14:30					
15:00				15:00 - 15:45 Kids Dance 7-11 OUTDOOR	15:00 - 16:00 Tabata 10er Karte Andy
15:30		15:30 - 16:30 BBP & MuKi 0-2			
16:00		zusammen 10er Karte		16:00 - 16:45 Kiddi Dance 3-6 OUTDOOR	Personal- training Andy
16:30		Personal- training Andy			
17:00				17:00 - 18:00 Dance it 12-15 OUTDOOR Andy	Personal- training Andy
17:30		Personal- training Andy			
18:00				18:00 - 19:00 ZUMBA 10er Karte Andy	Personal- training Andy
18:30					
19:00	19:00 - 20:00 Step Aerobic 10er Karte Diana	19:00 - 20:00 Outdoor BBP 10er Karte	19:00 - 20:30 Yoga Janine *externer Kurs		
19:30					
20:00					
20:30					

MuKi = Mutter-Kind-Fitness

Erw.-Kind = Erwachsenen-Kind-Fitness

*externer Kurs = KEINE Mitgliedschaft erforderlich,
Direkte Abrechnung mit Trainerin