

# KURSPLAN

Kursdauer 45 - 60 min



## MONTAG

### Rückenfit

18:00 - 19:00 Uhr

### Pound

19:00 - 20:00 Uhr

### Zumba

20:00 - 21:00 Uhr



## DIENSTAG

### Rückenschule

09:00 - 10:00 Uhr



## MITTWOCH

### Be Active

08:15 - 09:15 Uhr

### Pilates

09:30 - 10:30 Uhr

### Step Aerobic

18:00 - 19:00 Uhr

### Bodyworkout

19:00 - 20:00 Uhr

### Zumba

20:00 - 21:00 Uhr

## DONNERSTAG

### Pilates

19:00 - 20:00 Uhr

## FREITAG

### Rückenschule

09:00 - 10:00 Uhr

1. Freitag im Monat

### Pilates

09:00 - 10:00 Uhr

Außer der 1. Freitag im Monat

### Fitmix

10:00 - 11:00 Uhr

Außer der 1. Freitag im Monat

### Zumba

18:30 - 19:30 Uhr

## SAMSTAG

### Bodyworkout

10:00 - 11:00 Uhr

### Step Aerobic

11:00 - 12:00 Uhr

