

Kursplan

21.09.2020 - 27.09.2020

Aktiv Fitness- & Gesundheitszentrum
Richard-Stücklen-Str. 1
91781 Weissenburg
09141/39 66
kontakt@aktiv-wug.de



Montag 21.09.2020	Dienstag 22.09.2020	Mittwoch 23.09.2020	Donnerstag 24.09.2020	Freitag 25.09.2020	Samstag 26.09.2020	Sonntag 27.09.2020
09:00 - 09:45 Step & Fun Tine	09:00 - 10:00 Rücken meets Faszie... Tine/Jasmin	09:00 - 09:30 Indoor Cycling Andrea	18:00 - 18:15 BMW Jasmin	08:45 - 09:30 Rücken meets Faszie... Tina/Tine		
09:45 - 10:00 BMW Tine	10:00 - 11:00 Yoga Flow Jasmin	09:30 - 10:30 Bodyfit Andrea	18:15 - 19:00 Faszien Training Jasmin	09:30 - 10:00 Indoor Cycling Andrea/Tine		
10:00 - 10:45 Power Dumbell Tine	10:15 - 11:00 sensitive-Cycling Tine/Lothar	18:00 - 18:15 BMW Andrea	19:00 - 20:00 Indoor Cycling Tina	10:00 - 10:45 Bodystyling Andrea		
10:45 - 11:30 Gesunder Rücken Enna/Tina	17:30 - 18:30 Bodyshaping Yoga Jasmin	18:15 - 19:00 Power Dumbell Andrea		10:45 - 11:15 sensitive-CYCLING Tina/Lothar		
18:00 - 18:15 BMW Andrea	18:30 - 19:15 Powerrücken	19:00 - 20:00 Pilates Petra		18:00 - 19:00 Yoga Flow Jasmin		
18:15 - 19:00 Power Dumbell Andrea	19:15 - 20:15 Indoor Cycling Silvia	19:00 - 19:45 Indoor Cycling Andrea		19:00 - 20:00 Zumba® Steffi		
19:00 - 19:30 Beine Po Andrea						

■ Cardiokurse
 ■ Entspannung
 ■ Gesundheit
 ■ Kraft

Stand: 22.09.2020