

Kursplan

15.04.2019 - 21.04.2019

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



Montag 15.04.2019	Dienstag 16.04.2019	Mittwoch 17.04.2019	Donnerstag 18.04.2019	Freitag 19.04.2019	Samstag 20.04.2019	Sonntag 21.04.2019
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 Gesunder Rücken Tina/Tine		
09:45 - 10:00 BMW Tine	10:00 - 11:00 Yoga Flow Jasmin	09:30 - 10:30 Step and Style Andrea	18:15 - 19:00 Fazien Training Jasmin	09:30 - 10:30 Indoor Cycling/Body... Andrea/Tine		
10:00 - 10:45 Power Dumbell Tine	10:15 - 11:00 Indoor Cycling Tine/Lothar	18:00 - 18:15 BMW Andrea	19:00 - 20:00 Indoor Cycling Tina	10:30 - 10:45 BMW Andrea/Tine		
10:45 - 11:30 Gesunder Rücken Enna/Tina	17:30 - 18:15 Bodyshaping Yoga Jasmin	18:15 - 19:00 Power Dumbell Andrea		10:45 - 11:15 sensitive-CYCLING Tina/Lothar		
18:00 - 18:15 BMW Andrea	18:15 - 19:00 Powerrücken	19:00 - 20:00 Pilates Petra		18:00 - 19:00 Yoga Flow Jasmin		
18:15 - 19:00 Power Dumbell Andrea	18:15 - 19:15 Indoor Cycling Markus	19:00 - 19:45 Indoor Cycling Andrea		19:00 - 20:00 Zumba® Steffi		
19:00 - 19:30 Beine Po Andrea	19:15 - 20:15 Indoor Cycling Silvia					

Cardiokurse
 Entspannung
 Gesundheit
 Kraft

Stand: 19.04.2019