

# KURSPLAN

Gültig ab 22.10.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>09.30 - 10.15 Stretch &amp; Relax</p> <p>10.30 - 11.15 Gerätezirkel <b>NEU!</b></p> <p>11.15 - 12.00 Gymnastik <b>NEU!</b></p> <p>16.00 - 17.00 Zumba Kids (ab 8 Jahren)</p> <p>17.00 - 17.45 Fit for Life</p> <p>17.45 - 18.30 Stretch &amp; Relax</p> <p>18.30 - 19.00 TABATA</p> <p>19.00 - 19.45 Zumba Fitness</p>	<p>09.45 - 10.30 Kundalini-Yoga</p> <p>10.45 - 11.30 Zumba Gold</p> <p>11.30 - 12.00 TABATA</p> <p>18.30 - 19.15 Zumba Fitness</p> <p>19.15 - 20.00 Bodyfit</p>	<p>08.45 - 09.30 Attacke auf der Matte</p> <p>09.30 - 10.15 Stretch &amp; Relax</p> <p>10.15 - 10.45 SLOWLY for GOLDI <b>NEU!</b></p> <p>11.00 - 11.45 Gerätezirkel</p> <p>17.00 - 17.45 Gerätezirkel</p> <p>17.45 - 18.30 Gerätezirkel</p> <p>18.30 - 19.15 TABATA</p> <p>19.15 - 20.00 Zumba Fitness</p>	<p>09.45 - 10.30 Faszien-Training <b>NEU!</b></p> <p>10.30 - 11.15 Fit fot Life <b>NEU!</b></p> <p>11.15 - 12.00 Zumba Gold <b>NEU!</b></p> <p>16.30 - 17.15 Teen Fit (ab 10 Jahren)</p> <p>17.45 - 18.15 BAUCHATTACKE</p> <p>18.15 - 19.00 Zumba Fitness</p> <p>19.00 - 20.00 Langhantel</p>	<p>09.00 - 09.45 Gymnastik</p> <p>09.45 - 10.30 Sitzgymnastik</p> <p>17.00 - 17.45 Gerätezirkel <b>NEU!</b></p> <p>17.45 - 18.30 TABATA <b>NEU!</b></p>	

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 08.00 Uhr - 20.00 Uhr

Telefon: 0471 - 48 38 227 Samstag 09.15 Uhr - 13.30 Uhr