

MITGLIEDSCHAFT KURSE
KURSPLAN
 GÜLTIG AB 12/2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:00 - 10:00 Rückenfit (Vicky)	09:00 - 10:00 <i>therapeut.</i> Yoga (Waltraud)		09:00 - 10:00 ChiYoga (Birgit)		09:00 - 10:00 Zumba® (Vicky)
	10:15 - 11:15 <i>therapeut.</i> Yoga (Waltraud)	10:15 - 11:15 Pilates (Vicky)	10:15 - 11:15 Indoor Cycling <i>basic</i> (Birgit)		10:15 - 11:15 Pilates (Vicky)
17:00 - 18:00 Indoor Cycling (Margit)	16:45 - 17:45 ChiYoga (Birgit)	17:00 - 18:00 Rückenfit (Vicky)		17:00 - 18:00 Bodyworkout (Vicky)	
17:00 - 18:00 Zirkeltraining (Alina)		18:15 - 19:15 Zumba® (Vicky)	18:00 - 18:30 HIIT (Felix)	18:15 - 19:15 Indoor Cycling (Christian)	
18:15 - 19:15 <i>therapeut.</i> Yoga (Waltraud)		19:30 - 20:30 Indoor Cycling (Christian)			

**ÄNDERUNGEN
 VORBEHALTEN!**

**ANMELDUNG
 ERFORDERLICH!**

Die Anmeldung zu den Kursen ist jeweils eine Woche vorher online oder an der Rezeption Fitness möglich. Bitte beachten.