

Kursplan Erwachsene-Kids & Teens

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09:45 – 11:00 Faszien Yoga	10:00 – 11:00 Yoga auf dem Stuhl	10:00 – 11:00 Balance By Joysira			10:15 – 11:30 STRONG-POWER HIIT & Langhantel
						11:40 – 12:40 Zumba Fitness
		15:00 – 15:45 Fit & Funky Jr. 2 – 5 J				
		16:00 – 16:55 Hip Hop Jr. 6 – 14 J	17:00 – 17:55 Zumba Kids 6 – 9 J			
18:15 – 19:05 RBT Rücken Balance Training			18:00 – 18:55 Salsation Teens 10 – 16 J			
19:10 – 19:40 Faszien Training	18:15 – 19:30 Hatha Yoga Einführungskurs	18:30 – 19:30 Zumba Fitness	19:15 – 20:15 Pilates	18:30 – 19:30 Fit & Power Langhantel		
19:45 – 20:45 Salsation Fitness	19:45 – 20:45 Balance By Joysira	19:45 – 20:45 Fit & Power Langhantel		19:45 – 21:00 Yin Yoga		

Geschlossen

