

ab 27.09.2021

# KURSPLAN

ab 27.09.2021

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
09:00			09:00 - 09:45 Uhr rehAfit	08:30 - 09:30 Uhr Pilates	09:00 - 09:30 Uhr Full-Body-Workout
10:00				09:45 - 10:45 Uhr HIIT	
11:00					
12:00					
13:00					
14:00					
15:00					
16:00					16:00 - 16:45 Uhr rehAfit
17:00					
18:00	18:15 - 18:45 Uhr Barre-Belly-Boost Toning	18:15 - 18:45 Uhr Barre Workout	18:30 - 19:00 Uhr Barre-Belly-Boost		
19:00	19:00 - 20:00 Uhr Zumba mit Nadine	19:00 - 20:00 Uhr Zumba mit Marion	19:15 - 19:45 Uhr Hot Stepper		
20:00					