

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
18:00 Uhr Zumba® 60 (60 min) K1	18:00 Uhr Bodystyling 45 (45 min) K1	18:00 Uhr Yoga 45 (45 min) K1	17:45 Uhr Zumba® 60 (60 min) K1	18:00 Uhr Langhantel Workout 60 (60 min) K1	14:30 Uhr Bauch & Rücken 30 (30 min) K1	15:00 Uhr Zumba® 45 (45 min) K1
19:15 Uhr Langhantel Workout 45 (45 min) K1	19:00 Uhr Zumba® 60 (60 min) K1	19:00 Uhr Langhantel Workout 45 (45 min) K1	19:00 Uhr Bodystyling 45 (45 min) K1	19:15 Uhr Yoga 45 (45 min) K1		
20:15 Uhr Yoga 45 (45 min) K1	20:15 Uhr Yoga 45 (45 min) K1	20:00 Uhr Zumba® 60 (60 min) K1	20:00 Uhr Intervalltraining 30 (30 min) K1			



Cardio & Choreo



Shape and Strength



Body and Balance



Fitness Floor



Kinderbetreuung

K1 Kursraum 1