

# KURSPLAN // WOF PUR EUSKIRCHEN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 Uhr Sixpack Shortie (30 min) <b>K1</b>	17:30 Uhr BBP (60 min) <b>K1</b>	09:30 Uhr RückenFit (60 min) <b>K1</b>	09:30 Uhr Bodystyling (60 min) <b>K1</b>	17:30 Uhr Kurs-Special (60 min) <b>K1</b>	10:00 Uhr BBP Fatburner (60 min) <b>K1</b>	10:00 Uhr Yoga (60 min) <b>K1</b>
09:30 Uhr Bodystyling (60 min) <b>K1</b>	17:30 Uhr HIIT Workout (60 min) <b>TF</b>	17:30 Uhr Step Aerobic (60 min) <b>K1</b>	10:30 Uhr Pilates (60 min) <b>K1</b>		11:00 Uhr Stretching Shortie (30 min) <b>K1</b>	11:00 Uhr Zumba (60 min) <b>K1</b>
17:30 Uhr Body Conditioning (60 min) <b>K1</b>	18:30 Uhr Zumba (60 min) <b>K1</b>	18:00 Uhr Butt Shortie (30 min) <b>TF</b>	17:30 Uhr Jumping (60 min) <b>K1</b>			11:00 Uhr HIIT Workout (60 min) <b>TF</b>
18:30 Uhr Jumping (60 min) <b>K1</b>	19:30 Uhr Stretching Shortie (30 min) <b>K1</b>	18:30 Uhr Pilates (60 min) <b>K1</b>	18:30 Uhr RückenFit (60 min) <b>K1</b>			
19:00 Uhr Butt Shortie (30 min) <b>TF</b>		19:30 Uhr Zumba (60 min) <b>K1</b>				
19:30 Uhr Combat (60 min) <b>K1</b>						



Cardio & Choreo



Shape and Strength



Body and Balance



Kinderbetreuung

**K1**

Kursraum 1

**TF**

Trainingsfläche