



Sommerkursplan 01.07. - 31.08.2023



Montag

08:15 Uhr
BALLance

09:00 Uhr
Seniorenfit

10:00 Uhr
Reha

17:00 Uhr
Rücken

18:00 Uhr
Reha

19:00 Uhr
Zumba

20:00 Uhr
Muscle Power

Dienstag

09:00 Uhr
Pilates

10:00 Uhr
Reha

17:30 Uhr
BALLance

18:00 Uhr
Pilates

18:00 Uhr
LH-Training

19:00 Uhr
Strong Nation

Mittwoch

09:00 Uhr
Zumba Gold

17:00 Uhr
Bauch

17:30 Uhr
Aroha

18:00 Uhr
Spinning

18:30 Uhr
Rücken

19:30 Uhr
Yoga

Donnerstag

09:00 Uhr
Rücken

15/16/17 Uhr
Reha

18:00 Uhr
Rücken

18:00 Uhr
Spinning

19:00 Uhr
BBP

19:00 Uhr
Reha

20:00 Uhr
Muscle Power

Freitag

08:15 Uhr
09:15 Uhr
10:15 Uhr
11:15 Uhr
Reha

09:00 Uhr
Gesunde Gelenke

17:00 Uhr
Rücken

18:30 Uhr
Zumba

19:30 Uhr
Bodyworks

Sonntag

10:15 Uhr
Rücken

11:00 Uhr
BALLance

