

KURSPLAN

- Reha und
Vereinsport
- Studiokurse



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		10:00-10:45 Workout (Heike)	10:00-10:45 Rückentraining (Reha)			
		10:45-11:30 Step Aerobic (Heike)				
	18:00-18:45 Rückenfit (Corina)					
18:30-19:15 Pilates (Salem)	18:45-19:30 Bodystyling (Corina)	18:30-19:15 Rückentraining (Reha)	19:00-20:00 Zumba (Raul)	19:00-20:00 Cardio Boxing (Alejandro)		
19:30-20:30 Cardio Boxing (Alejandro)		19:15-20:00 Thaibo (Salem)				