

Bitte immer um An-/Abmeldung! Viel Spass!

Montag 04.07.22	Kurs	Instruktor
09:00 – 09:55	Dancecess®	Manuela
10:00 – 10:30	Bauch Beine Po	Manuela
17:00 – 17:50	Rückengymnastik	Karina
18:00 – 19:00	Body Pump	Tanja
19:10 – 19:55	Body Step 45'	Bettina
Dienstag 05.07.22	Kurs	Instruktor
08:30 – 09:30	YOGA	Brigitte
09:40 – 10:35	Pilates	Brigitte
18:15 – 19:10	ZUMBA	Andrea
Mittwoch 06.07.22	Kurs	Instruktor
08:30 – 09:30	Body Step	Bettina
09:45 – 10:45	Body Pump	Brigitte
11:00 – 11:50	Rückengymnastik	Karina
17:30 – 18:15	Body Pump 45'	Bettina/Maja
18:20 – 18:50	Les Mills CORE	Brigitte
19:00 – 20:00	Step Choreo	Regula
Donnerstag 07.07.22	Kurs	Instruktor
08:15 – 09:15	Faszientraining	Carmen
09:30 – 11:00	Zumba <i>Long Edition 90'</i>	Luana
18:00 – 18:50	Pilates	Brigitte
19:00 – 20:00	YOGA	Brigitte
Freitag 08.07.22	Kurs	Instruktor
08:30 – 09:25	ANTARA	☀ Sommerpause!!!
09:45 – 10:30	Body Pump 45'	Maja
10:35 – 11:05	Les Mills CORE	Maja
12:15 – 12:45	Bauchtraining	Team
17:15 – 18:10	ZUMBA	Karin
18:30 – 19:45	Body Pump CORE	Maja
Samstag 09.07.22	Kurs	Instruktor
09:00 – 10:00	<i>Dancecess®</i> 	Manuela
10:15 – 11:15	Bodypump	Regula