

*Bitte immer um An-/Abmeldung! Viel Spass!*

Montag 08.08.22	Kurs	Instruktor
09:00 – 09:55	Dancecess®	Manuela
10:00 – 10:30	Bauch Beine Po	Manuela
16:55 – 17:50	Rückengymnastik	Karina
18:00 – 19:00	Body Pump	<b>Claudia</b>
19:10 – 19:55	Body Step <b>45'</b>	Claudia
Dienstag 09.08.22	Kurs	Instruktor
08:30 – 09:30	YOGA	Brigitte
09:40 – 10:35	Pilates	Brigitte
18:15 – 19:10	ZUMBA	Andrea
Mittwoch 10.08.22	Kurs	Instruktor
08:30 – 09:30	Body Step	Bettina
09:45 – 10:45	Body Pump	Brigitte
11:00 – 11:50	Rückengymnastik	Annemarie
17:30 – 18:15	Body Pump <b>45'</b>	Bettina/Maja
18:20 – 18:50	Les Mills CORE	Claudia
19:00 – 20:00	Body Step	Claudia
Donnerstag 11.08.22	Kurs	Instruktor
08:15 – 09:15	Faszientraining	Carmen
09:30 – 10:25	Zumba	Luana
18:00 – 18:50	Pilates	Brigitte
19:00 – 20:00	YOGA	Brigitte
Freitag 12.08.22	Kurs	Instruktor
<b>08:30 – 09:25</b>	<b>ANTARA</b>	☀ Sommerpause!!!
09:45 – 10:30	Body Pump <b>45'</b>	<b>Claudia</b>
10:35 – 11:05	Les Mills CORE	<b>Claudia</b>
12:15 – 12:45	Bauchtraining	Team
17:15 – 18:10	ZUMBA	Karin
18:30 – 19:45	Body Pump Core	Claudia
Samstag 13.08.22	Kurs	Instruktor
09:00 – 10:00	<b>Strong Nation</b>	Karin
10:15 – 11:15	Bodypump	Piera