




Kursplan (Sommer 2018)



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
09		09:00 - 10:00 Reha		09:00 - 10:00 Reha		
10			10:15 - 11:15 Mama-Workout		10:15 - 11:15 Mama-Workout	10:15 - 11:15 Zumba (Alle 2 Wochen)
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17	 SOMMERPAUSE Im September gehts weiter!		 SOMMERPAUSE Im September gehts weiter!	17:30 - 18:30 Reha	 SOMMERPAUSE Im September gehts weiter!	
18	18:30 - 19:30 Langhantel-Workout mit Alexandra	18:00 - 19:00 Reha	18:00 - 19:00 Bauch-Beine-Po mit Gabi	18:45 - 19:45 Yoga mit Matthias		
19	19:00 - 20:00 Zumba	19:00 - 20:00 HIIT mit Martin	19:00 - 20:00 Zumba	18:30 - 19:30 TRX mit Martin		
20				19:30 - 20:30 TRX mit Martin		

Änderungen vorbehalten. Informier' dich gerne auch telefonisch: 09661 / 876 179 oder via E-Mail: kontakt@inform-fitnessstudio.de