
























Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
 9.00 - 10.00 Uhr BBP-Step	 9.00 - 10.00 Uhr Pilates virtuell		 9.00 - 9.45 Uhr Bauch, Beine, Po	 9.00 - 10.00 Uhr Rückenfit	 9.15 - 9.45 Uhr BBP virtuell
 10.15 - 11.00 Uhr Rückenfit			 10.00 - 10.45 Uhr Rückenfit	 10.00 - 10.30 Uhr Bauch-Killer	 10.00 - 11.00 Uhr Cycling
 17.15 - 18.00 Uhr Rückenfit	 17.00 - 17.45 Uhr Fitnessworkout				
 18.00 - 19.00 Uhr Bodypower	 18.00 - 19.00 Uhr BBP	 18.00 - 18.45 Uhr Rückenfit	 18.10 - 18.40 Uhr Bodywork		
 19.00 - 20.30 Uhr Kraft-Puls	 19.00 - 19.45 Uhr Rückenfit	 18.45 - 19.45 Uhr Step-Mix	 18.45 - 19.50 Uhr Cycling	 18.00 - 18.45 Uhr Rückenfit	
		 20.00 - 21.00 Uhr Cycling virtuell	 20.00 - 21.00 Uhr Yoga	 19.00 - 19.45 Uhr Pilates/Faszien	



Gesundheit, Entspannung



Figur



Cardio



virtuelle Kurse

Viel Spaß bei unseren Kursen wünschen

