

Sommerkursplan 2021

Änderung gültig ab 07.06.2021



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:50 Latin Moves Start ab 28.06.2021	09:00 - 09:50 Zumba	09:00 - 09:50 Bodystyling	09:00 - 09:50 Total Body Conditioning	09:00 - 09:50 Powerworkout	Unsere Sommerspecials, siehe Aushänge	Unsere Sommerspecials, siehe Aushänge
10:00 - 10:50 Power Pilates Start ab 28.06.2021	10:00 - 10:50 Zumba Gold	10:00 - 10:50 Step Aerobic	10:00 - 10:50 Rücken Fit	10:00 - 10:50 Pilates		
	11:00 - 12:00 Indoor Cycling* max. 8 Teilnehmer	11:00 - 11:45 Rücken Fit				
17:00 - 17:50 Musclepower	17:15 - 18:45 Yoga max. 8 Teilnehmer	16:30 - 17:30 KinderYoga Mindestteilnehmer 5 Kinder	17:00 - 17:50 Bodystyling			
18:00 - 18:50 Fatburner-Moves		18:00 - 18:50 Musclepower	18:00 - 18:50 Pilates	18:00 - 19:30 Yoga		
19:00 - 20:00 Zirkeltraining		19:00 - 19:50 TaeBo				
19:00 - 20:00 Indoor Cycling* max. 8 Teilnehmer			20:15 - 21:15 Boxen			

grau hinterlegte Stunden finden in Halle 2 statt / alle Kurse finden ab 6 Teilnehmern statt.

Maximale Teilnehmerzahl sind 14 Personen / Teilnahme nur mit vorheriger Kursanmeldung.

* nur mit Reservierung bis 24 Std. vorher / Bikes werden zu Kursbeginn für wartende Teilnehmer freigegeben.

In den Kursräumen ist ein Abstand von 3 m zum nächsten Kursteilnehmer einzuhalten.



Telefon Fitness: 089/786049