

SOMMER-KURSPLAN

ZEITEN	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG		FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09.00 – 10.00			ALL IN ONE					
10.00 – 11.00	VITAL & PRÄVENTION						RÜCKEN PLUS	OUTDOOR CYCLING*
11.00 – 12.00							HOT IRON	OUTDOOR CYCLING*
17.30 – 18.30	OUTDOOR JUMPING*	ZUMBA	HOT IRON	OUTDOOR CYCLING*		OUTDOOR JUMPING*		
18.30 – 19.30	OUTDOOR JUMPING*	RÜCKEN PLUS	BAUCH-BEINE-PO	OUTDOOR CYCLING*	CORE TRAINING	OUTDOOR JUMPING*		
19.30 – 20.30		ALL IN ONE						

* WIR BEHALTEN UNS VOR, **OUTDOOR-KURSE** WETTERBEDINGT ABZUSAGEN. WIR BITTEN UM EUER VERSTÄNDNIS FÜR KURZFRISTIGE ÄNDERUNGEN!