

KURSPLAN

das **GYM**

KURSRAUM	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 Uhr		Fitness Yoga	All In One				
10:00 Uhr						Jumping Workout	Pump
11:00 Uhr						BauchBeinePo	Jumping Fitness
17:30 Uhr	Jumping Fitness	Zumba	BauchBeinePo	Pump	RückenPlus		
18:30 Uhr	BauchBeinePo	RückenPlus	Jumping Workout	Fitness Yoga	All In One		
19:30 Uhr	Fitness Yoga	All In One	Pump				

CYCLING RAUM / TRAININGSFLÄCHE

10:00 Uhr						Cycling	
17:30 Uhr					Functional		
18:30 Uhr		Cycling	Functional	Cycling			