

Kursplan

14.06.2021 - 20.06.2021

Sport- und Fitnesscenter Welden
Haldenloh C5
86465 Welden
08293 7070
adienstbier@t-online.de



Montag 14.06.2021	Dienstag 15.06.2021	Mittwoch 16.06.2021	Donnerstag 17.06.2021	Freitag 18.06.2021	Samstag 19.06.2021	Sonntag 20.06.2021
<p>10:30 - 11:00 Faszienkurs ab 14.0...</p>	<p>09:00 - 10:00 Smoovey ab 22.06.20... Manuela</p>	<p>09:00 - 10:00 Starker Rücken Kerstin</p>	<p>10:00 - 11:00 Style your Body ab ...</p>	<p>10:00 - 11:00 IDOGO - Entspannung... Carolina</p>	<p>10:00 - 12:00 Fitness Boxen Giuseppe</p>	
<p>18:30 - 19:30 Zumba - Nur mit Onl... Claudia</p>	<p>10:00 - 11:00 Indoor Cycling Sascha</p>	<p>10:15 - 11:15 Starker Rücken Kerstin</p>	<p>18:30 - 19:30 Free weights Kerstin</p>	<p>18:45 - 19:45 Indoor Cycling nur ... Sascha</p>		
<p>19:45 - 20:45 Indoor Cycling nur ... Sascha</p>	<p>11:15 - 12:15 IDOGO - Entspannung... Carolina</p>	<p>11:30 - 12:30 Yoga und Entspannun... Elisabeth</p>	<p>19:45 - 20:15 HIIT Fatburning Kerstin</p>			
	<p>19:00 - 20:00 Step-Aerobic bis 31... Claudia</p>	<p>18:30 - 19:30 Indoor Cycling nur ... Sascha</p>				
	<p>20:15 - 21:15 Bodystyling bis 31... Claudia</p>	<p>19:45 - 20:45 Zumba - Nur mit Onl... Claudia</p>				

■ Dance & Fun
 ■ Herz-Kreislauf /...
 ■ Kraft & Straffun...
 ■ Körper & Entspan...

Stand: 16.06.2021