

KURSPLAN STUDIO B54

Gemeinsam zum Ziel...

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00-10.00 Fit in die Woche Uta	09.00-09.45 Funktionelle Gymnastik Suad	09.00-09.45 Aqua-Fitness Suad Anmeldung erforderlich	09.00-09.45 Funktionelle Gymnastik Suad	09.00-09.45 Aqua-Fitness Sascha Anmeldung erforderlich		
10.15-11.15 Yoga sanft Uta	10.00-10.45 Aqua-Fitness Suad Anmeldung erforderlich	10.00-10.45 Aqua-Fitness Suad Anmeldung erforderlich	10.00-10.45 Aqua-Fitness Suad Anmeldung erforderlich	10.00-10.45 Aqua-Fitness Sascha Anmeldung erforderlich		
15.00-18.00 Kinderschwimmen Schwimmbad blockiert	15.00-18.00 Kinderschwimmen Schwimmbad blockiert	18.00-18.45 Aqua-Power Sascha Anmeldung erforderlich	15.00-18.00 Kinderschwimmen Schwimmbad blockiert	17.00-18.15 Athletic Performance Pingpank		
18.00-18.45 Core-Performance Suad / Sascha	18.00-18.50 Pump & Shape Andrea	18.50-19.30 Core-Performance Sascha	17.00-18.15 Yoga Basic Uta	18.20-19.30 Wellness-Aufguss Dirk		
19.00-19.45 Aqua-Power Suad / Sascha Anmeldung erforderlich	19.00-20.00 ZUMBA® Marina	19.30-20.30 Wellness-Aufguss Dirk	19.00-20.00 Cycling Ralf / Patrick / Andrea			
19.00-20.15 Wellness-Aufguss Dirk		19.30-20.45 Yoga Flow Willi	20.10-21.25 Yoga Basic Uta			