



Kursplan

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Pilates 9:00 – 10:00 (mit Annett)		Power Vit Yoga 9:00 – 10:00 (mit Johanna)	Line Dance Anfänger 9:00 – 10:00	Tai Chi 08:45 – 09:45 (mit Klaus)
Faszientraining 10:00 – 10:30 (mit Annett)		Body Work 10:00 – 11:00 (mit Johanna)		Rückenfit 10:00 – 11:00 (mit Klaus)
Jumping Soft & Balance 10:45 – 11:30 (mit Annett)				
	Jumping 16:00 – 17:00 (mit Andrea G.)			
	Jumping Basic 17:00 – 18:00 (mit Annett)	Jumping Power 17:00 – 18:00 (mit Mirella)	Pilates 17:00 – 18:00 (mit Annett)	Line Dance 2nd Step 16:30-18:00
Zumba 18:30 – 19:30 (mit Sabrina H.)	Yoga 18:00 – 19:00 (mit Andrea)	Step Aerobic 18:00-19:00 (mit Andrea)	Bauch-Beine-Po 18:00 – 19:00 (mit Ana-Maria)	