

KURSPLAN

Januar 2018

KURSRAUM

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
09:00 – 10:00 Wirbelsäulen Gymnastik Cedric		09:00 – 10:00 Pilates Sonja	09:00 – 10:00 Pilates Daniela
18:00 – 18:45 Fatburning Anja	18:30 – 19:15 Pilates Elias		
18:45 – 19:45 Langhantel Training Anja		19:00 – 20:00 Wirbelsäulen Gymnastik Maya	

BAD

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:30 – 9:00 Aqua Power Petra				08:30 – 09:00 Aqua Power Petra
09:00 – 09:30 Aqua Fit Petra	09:00 – 09:30 Rheuma Liga Doli	09:15 – 10:00 Aqua Power Elena	09:00 – 09:30 Rheuma Liga Doli	09:00 – 09:30 Aqua Fit Petra
			09:45 – 10:30 Aqua Bike Doli	
09:45 - 10:15. Babyschwimmen Petra				09:45 – 10:15 Babyschwimmen Petra
10:30 – 11:00 Babyschwimmen Petra	13:00 – 15:30 Rheuma Liga			10:30 – 11:00 Kleinkindschwimmen Petra
16:00 – 17:00 Schwimmkurs Petra	16:00 – 17:00 Schwimmkurs Petra	16:00 – 17:00 Schwimmkurs Petra	16:00 – 17:00 Schwimmkurs Petra	
17:15 – 18:00 Aqua Fit Petra		18:00 – 18:45 Aqua Power Petra	17:15 – 18:00 Aqua Ladies Petra	17:30 – 18:30 Schwimmkurs Petra
18:20 – 19:05 Aqua Bike Ute	19:00 – 19:45 Aqua Bike Petra	18:45 – 19:30 Aqua Fit Petra	18:30 – 19:15 Aqua Fit Elena	18:30 – 19:15 Aqua Boot Camp Cedric
19:20 – 20:05 Aqua Bike Ute	19:55 – 20:40 Aqua Bike Petra	19:30 – 20:30 Aqua Relax Petra	19:15 – 20:00 Aqua Fit Cedric	

Die farblich gekennzeichneten Kurse sind in der Mitgliedschaft nicht enthalten aber teilweise über die Krankenkasse abrechnungsfähig.
Lassen Sie sich in unsere E-Mail Liste eintragen, um bei Kursausfällen informiert zu werden.
Nähere Infos gibt es auch an der Fitness-Theke!