

ESSENSIO KURSPLAN AB 16. JUNI 2021

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG		
VORMITTAGS / MITTAGS	<p>09:00 - 10:00 Body Workout Raum I</p> <p>10:00 - 11:00 Workout 50 plus Raum I</p>	<p>Neues Kursangebot für Dienstagvormittag folgt in Kürze.</p>	<p>09:00 - 10:00 Funktionstraining Empore</p> <p>10:00 - 11:00 Rücken Fit Raum I</p> <p>11:00 - 12:00 Yoga für den Rücken Raum I</p>	<p>10:00 - 11:30 Yoga und Faszien Raum I / 90 Min</p>	<p>10:00 - 11:00 Body Workout Raum I</p> <p>11:00 - 12:00 Pilates Raum I</p>	<p>11:00 - 12:00 Body Pump Raum I</p>	<p>10:00 - 11:00 Rückenfit Raum I</p> <p>11:00 - 12:00 Body Workout Raum I</p>		
NACHMITTAGS / ABENDS	<p>17:00 - 18:00 Body Workout Raum I</p> <p>18:00 - 19:00 Rücken Fit Raum I</p> <p>19:00 - 20:00 Body Pump Raum I</p>	<p>17:30 - 18:00 Bauch Express Halle</p> <p>19:00 - 20:00 Langhantel Training Raum I</p> <p>19:00 - 20:00 Cycling Raum II</p>	<p>17:00 - 18:00 Bauch, Beine, Po Raum I</p> <p>18:00 - 19:00 Body Styling Raum I</p> <p>19:00 - 20:30 Yoga Raum I / 90 Min</p>	<p>17:00 - 18:00 Senioren sport Raum I</p> <p>18:00 - 19:00 Rückenfit Raum I</p> <p>18:00 - 19:00 Cycling für Einsteiger Raum II</p> <p>19:00 - 20:00 Body Pump Raum I</p> <p>19:15 - 20:15 Zumba Fitness Raum II</p> <p>20:00 - 21:00 Power Yoga Raum I</p>	<p>17:30 - 18:30 Body Styling Raum I</p> <p>18:30 - 19:30 Core Training Raum I</p>	<p>12:00 - 13:30 Yoga Raum I / 90 Min</p> <p>12:30 - 13:30 Funktionstraining Empore</p>	<p>12:00 - 13:00 Pilates Raum I</p>	<p>Anmeldung für alle Kurse erforderlich. Max. 16 Teilnehmer in Kursraum I Max. 10 Teilnehmer in Kursraum II Max. 5 Teilnehmer bei Funktionsturm</p> <p>Wir behalten uns vor, Kurse mit weniger als 4 TN-Anmeldungen 24 Stunden vorher abzusagen.</p>	

 Anmeldung für alle Kurse derzeit erforderlich!

Eingetragene Wort-/Bildmarken

