

# Gruppenkursplan gültig vom 12.10.2020 - 17.10.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00						
09:00	<b>Gesunder Rücken</b> (50min) Astrid		<b>Pilates</b> (50min) Astrid	<b>Ganzkörper Mobilisation</b> (50min) Ingrid	<b>Bellicon Sanft</b> (25min) Ingrid	
09:30						<b>Gesundheit Aktiv</b> (45min) Gerald
10:00	<b>Gesunder Rücken</b> (50min) Astrid			<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid		<b>Yoga</b> (90 min) Svetlana
11:00						
11:30						
12:00						
16:00		<b>Bellicon Sanft</b> (25min) Ingrid				
17:00					<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid	
18:00	<b>Crossworkout</b> (50min) Martin	<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid	<b>Pilates</b> (50min) Astrid	<b>Yoga</b> (75min) Svetlana	<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid	<b>Ganzkörper Mobilisation</b> (50min) Ingrid
					<b>Gesundheit Aktiv</b> (45min) Gerald	
19:00		<b>Fit &amp; Dance</b> (50min) Astrid		<b>Kettlebell</b> (50min) Norbert	<b>Rock the Billy</b> (50min) Claudia	
19:15	<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid		<b>Bellicon</b> (50min) Ingrid			
19:30			<b>SALSumba "Feel the beat"</b> (60min) Elke			

Gruppenkurse finden erst ab 3 Teilnehmern statt!

Stand: 08.10.2020