

Kursplan 01.04. - 07.04.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00-08:00	Ostermontag Sonderkursplan						
08:00-09:00		(08:15-09:15) Rückenfit Roman	Wake-Up Yoga Momo	(08:15-09:15) Rückenfit Roman	(09:30-11:00) Body Cross XL Manu		
09:00-10:00							
10:00-11:00						Intervall Jules	Rückenfit Roman
11:00-12:00						Afro Beats Jules	Workout Roman
16:00-17:00		Workout mit Step Sünje	Langhantel Roman	Pilates Julia Q.	Hot Iron© Constanze	Langhantel Rebecca	
17:00-18:00		(17:00-18:15) Power Yoga Ilze		BBP Sünje	Antara© Jana	Workout Rebecca	(17:00-18:00/18:30) Sonntagsspecial s. Homepage/Aushang
18:00-19:00		(18:15-19:15) Langhantel Andi (25 TN)		Langhantel Swantje (25 TN)	(18:00-19:15) Yin Yoga Jana	(18:00-19:30) Yoga Jules	deepWORK© Sylvia/Llewelyn
19:00-20:00		(19:15-20:15) Intervall Andi		Workout Swantje	Max© Rebecca		
20:00-21:00			ZUMBA© Sünje		ZUMBA© Gaby		
21:00-22:00			Yoga Felix				