

## **ONLINE- KURSPLAN**

### **08.02.2021 – 14.02.2021**

<b>Montag, 08.02.2021</b>		<b>Kurs</b>
10:00 bis 10:45	Melanie	Fit mit Baby
11:00 bis 11:45	Melanie	Bodyweight
12:00 bis 12:45	Melanie	Wirbelsäulengymnastik
15:00 bis 15:45	Sabine	Tai Chi
16:00 bis 16:45	Sabine	Fit ins neue Jahr
17:00 bis 17:45	Sabine	Pilates
18.30 bis 20.00	Friederike	Yoga

<b>Dienstag, 09.02.2021</b>		<b>Kurs</b>
10.00 bis 10.45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
13.00 bis 13.45	Dario	Functional Fitness
14:00 bis 14:45	Dario	Black Roll
16:00 bis 16:45	Sabine	Pilates
17:00 bis 17:45	Jacki	HIIT
18.00 bis 18.45	Jacki	Wirbelsäulengymnastik
19.00 bis 19.45	Jacki	Entspannung

<b>Mittwoch, 10.02.2021</b>		<b>Kurs</b>
10:00 bis 10:45	Sabine	Wirbelsäulengymnastik
11:00 bis 11:45	Sabine	Yoga
14:00 bis 14:45	Jacki	Wirbelsäulengymnastik
16:00 bis 16:45	Benni	Personal Training
17:00 bis 17:45	Melanie	Zumba Kids
18:00 bis 18:45	Benni	Powerzirkel
19:00 bis 19.45	Benni	Wirbelsäulengymnastik

<b>Donnerstag, 11.02.2021</b>		<b>Kurs</b>
11:00 bis 11:45	Benni	Wirbelsäulengymnastik
14:00 bis 14:45	Jens	Blackroll
15:00 bis 15.45	Jacki	Personal Training
16:00 bis 16:45	Fabi	Zumba Kids
17:00 bis 17:45	Fabi	Aerobic
18:00 bis 19:45	Jacki	Functional Fitness
19:00 bis 19:45	Jacki	Fatburn

<b>Freitag, 12.02.2021</b>		<b>Kurs</b>
10:00 bis 10:45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
10:00 bis 10:45	Melli	Fit mit Baby
15:00 bis 15:45	Jacki	Wirbelsäulengymnastik
17:00 bis 17:45	Beate	Power Mix
18.00 bis 19.30	Friederike	Yoga

