

ONLINE- KURSPLAN 10.05.2021 – 14.05.2021

Montag, 10.05.2021		Kurs
11.00 bis 11.45	Karin	Bodyweight
12:00 bis 12:45	Dario	Functional Fitness
13.00 bis 13.45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
15.00 bis 15.45	Beate	Fit Mix
17.00 bis 17.45	Beate	Dance
18.30 bis 20.00	Friederike	Yoga

Dienstag, 11.05.2021		Kurs
10.00 bis 10.45	Karin	RückenSpezial
12.00 bis 12.45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
14.00 bis 14.45	Beate	Fit Mix
16:00 bis 16:45	Beate	Wirbelsäulengymnastik
18.00 bis 18.45	Beate	Tabata

Mittwoch, 12.05.2021		Kurs
10:00 bis 10:45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
11.00 bis 11.45	Karin	Functional Fitness
13.00 bis 13.45	Dario	Wirbelsäulengymnastik
15:00 bis 15.45	Beate	Fit Mix
18:00 bis 18:45	Beate	Dance

Donnerstag, 13.05.2021		Kurs
FEIERTAG :)		

Freitag, 14.05.2021		Kurs
10.00 bis 10.45	Beate	Wirbelsäulengymnastik
12.00 bis 12.45	Beate	Fit Mix
13.00 bis 13.45	Karin	Wirbelsäulengymnastik
18.00 bis 19:30	Friederike	Yoga