















# Kursplan blu

7. Januar bis 13. Januar 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Deep Power</b> 10:30 – 11:00 	<b>Bauch Intensiv</b> 10:30 – 11:00 	<b>High Intensity</b> 10:30 – 11:00 	<b>Bauch Beine Po</b> 10:30 – 11:00 	<b>Rückenfit</b> 10:30 – 11:00 	<b>Deep Power</b> 10:30 – 11:00 	<b>High Intensity</b> 10:30 – 11:00 
<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50	<b>Aquafit (Aktivbecken)*</b> 15:30 – 15:50
<b>Bauch Beine Po</b> 18:30 – 19:15 	<b>High Intensity</b> 18:30 – 19:15 	<b>Bauch Intensiv</b> 18:00 – 18:30  <b>Fatburner Step</b> 18:45 – 19:45 	<b>Rückenfit</b> 18:00 – 18:45  <b>Deep Power</b> 19:00 – 19:45 	<b>High Intensity</b> 18:00 – 18:45 		

Wir bitten um An- und Abmeldung für alle Kurse. Kurse finden ab 3 Anmeldungen statt.

Bitte zu jedem Kurs ein Handtuch und sporttaugliches Schuhwerk mitbringen.

Unsere Tropfenskala:  leicht  mittel  schwer



\*Aquafit nutzbar über Stunde GesundZeitWelt (Gratis für Mitglieder)