

Kursplan

ab dem 02-01-2012



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:15	09:15 - 10:15 Rücken & Bauch Sabine		09:15 - 10:15 BOP Ute / Elke		09:15 - 10:15 Body-Styl Elke	
10:15					10:15 - 11:15 Yoga Simone	
14:00						
15:00						jeden 2.Sa.& 4.Sa. im Monat Spin Bike 14:00 - 15:00 Heike
18:00	18:15 - 19:15 Bodyforming Meggi	18:15 - 19:00 Wirbelsäulen- gymnastik Ute		18:30 - 19:30 Fatburner Step für Einsteiger Sabine L.		
19:00		19:15 - 20:00 BOP Ute				
20:00	19:30 - 20:30 Spin-Biking			19:35 - 20:35 Spin-Biking Energy Heike		
21:00						

Kursplan

ab dem 02-01-2012



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:15	09:15 - 10:15 Rücken & Bauch Sabine		09:15 - 10:15 BOP Ute / Elke		09:15 - 10:15 Body-Styl Elke	
10:15					10:15 - 11:15 Yoga Simone	
14:00						
15:00						jeden 2.Sa.& 4.Sa. im Monat Spin Bike 14:00 - 15:00 Heike
18:00	18:15 - 19:15 Bodyforming Meggi	18:15 - 19:00 Wirbelsäulen- gymnastik Ute		18:30 - 19:30 Fatburner Step für Einsteiger Sabine L.		
19:00		19:15 - 20:00 BOP Ute				
20:00	19:30 - 20:30 Spin-Biking			19:35 - 20:35 Spin-Biking Energy Heike		
21:00						