



Aktuelles Kursangebot

(Stand 01.06.2022)



Montags	18.00 Uhr – 19.00 Uhr	Indoor-Cycling mit Claudia
Dienstags	17.30 Uhr – 18.15 Uhr 18.30 Uhr – 19.30 Uhr 19.45 Uhr – 20.45 Uhr	Hula-Hoop mit Claudia VfB – Damengymnastik Zumba mit Sabine
Mittwochs	17.30 Uhr – 18.30 Uhr 18.30 Uhr – 19.30 Uhr	Kraft-Ausdauer mit Petra Indoor-Cycling mit Claudia
Donnerstags	18.30 Uhr – 19.30 Uhr 19.30 Uhr – 20.30 Uhr	TBC mit Noemi (auch für Männer) Zumba mit Noemi
Freitags	17.30 Uhr – 18.30 Uhr 18.30 Uhr – 19.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik mit Petra Yoga mit Petra
Samstags	Noch nie was	☹️
Sonntags	9.00 Uhr – 10.15 Uhr	TotalBody mit Noemi

