

KURSPLAN

EMMENDINGEN
GÜLTIG 25.JULI 2024 - 08.09.2024

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG	
Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2	Saal 1	Saal 2
		9:00-09:30 Rückgrat Pur Team	08:45-10:15 Yoga Ute		08:45-09:00 Achtsamkeit Gabi		9:00-10:00 Wirbelsäulen gymnastik Johannes	9:00-10:00 Figur Fit Beate	9:00-09:45 Rehaport	10:30-12:00 Pump & Cardio Nadine	
10:00-11:00 Indoor Cycling Sia	9:00-10:00 Wirbelsäulen gymnastik Birgit	10:00-11:00 Figur Fit Gabi	10:30-11:15 Rehasport		9:00-10:00 Wirbelsäulen gymnastik Gabi	10:30-11:15 Rehasport	10:00-10:30 Barfuß Pur Team	10:00-11:00 Pump Sabine	10:00-10:30 Rückgrat Pur Team		
	10:15-10:45 Rückgrat Pur Team		11:15-12:00 Rehasport		10:00-10:15 Brain Pur Gabi						
				16:00-16:45 Rehasport	10:15-11:00 Rehasport	15:15-16:00 Rehasport					
	16:30-17:00 Barfuß Pur Team		16:30-17:15 Rehasport Lunge		11:00-11:45 Rehasport Lunge						
	17:00-17:15 Brain Pur Team	17:30-18:30 Figur Fit Doreen	17:30-18:00 Rückgrat Pur Team	17:00-17:45 Rehasport	17:30-18:00 Faszien Pur Team	17:30-18:30 Tabata Doreen	17:30-18:00 Rückgrat Pur Team				
18:00-19:00 Outdoor Gehgruppe	17:30-19:00 Yoga Sylvia		18:00-19:00 Pilates & More Heidrun	18:00-19:00 Figur Fit Sabine	18.15-19.45 Yoga Sylvia		18:00-18:45 Rehasport	18:00-19:00 Figur Fit Irmir	18:00-18:30 Hals-Nacken-Migräne Team		
18:30-19:30 Pump Marc		18:45-19:45 Zumba Conny		19:00-20:00 Dance Fit Hannah		18:30-19:30 Pump Elena					
	19:15-20:15 Wirbelsäulen gymnastik Anna					19.30-20.30 Indoor Cycling Alexander	19:00-20:00 Wirbelsäulen gymnastik Sia		18:30-19:00 Rückgrat Pur Team		
									19:15-20:00 Rehasport		
										SONNTAG	
										Saal 1	Saal 2
										10:00-11:00 Figur Fit Denise/Doreen	