

# KURSPLAN



Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4	Saal 1/2	Saal 3/4
9.00 - 10.00 Wirbelsäulen Gymnastik	9.00 - 10.00 Figur Fit		9.30 - 10.15 Aqua Fit	9.00 - 10.00 Figur Fit		09.30 - 10.30 Wirbelsäulen Gymnastik	9.15 - 10.00 Aqua Fit	9.15 - 10.15 Wirbelsäulen Gymnastik	09.00 - 10.00 WOD		09.30 - 10.30 Faszien Pilates
	10.15 - 11.30 Yoga	10.00 - 11.00 Wirbelsäulen Gymnastik	10.15 - 11.00 Aqua Fit		10.00 - 10.45 Rückgrat Pur/ Atmung			10.30 - 11.30 Figur Fit			11.00 - 12.00 Faszien Pilates
										<b>Sonntag</b>	
					17.15 - 18.15 Yoga					10.15 - 11.15 Figur Fit	
18.00 - 19.00 Figur Fit				18.00 - 19.00 Hot Iron	18.30 - 19.30 Pilates	18.00 - 19.00 Figur Fit	18.00 - 18.45 Aqua Fit				
18.00 - 19.00 WOD	18.15 - 19.15 Wirbelsäulen Gymnastik		18.30 - 19.30 Rückgrat/ Barfuß Pur	19.30 - 20.30 WOD		19.00 - 20.00 Wirbelsäulen Gymnastik	19.00 - 20.00 Aqua Cycling	18.00 - 19.00 Hot Iron			
19.00 - 20.00 Hot Iron		19.00 - 20.00 Figur Fit		19.15 - 20.15 Zumba				19.15 - 20.15 Zumba		KENZINGEN 25.07.2022 - 11.09.2022	