

Kursplan: Kursraum 1

20.09.2021 - 26.09.2021

Fitness Company
Theaterstraße 70
07545 Gera
0365 4208484
fitnesscompany@t-online.de



Montag 20.09.2021	Dienstag 21.09.2021	Mittwoch 22.09.2021	Donnerstag 23.09.2021	Freitag 24.09.2021	Samstag 25.09.2021	Sonntag 26.09.2021
<p>09:00 - 09:50 Hals-Nacken-Schulte...</p> <p>10:00 - 10:50 Zumba® Fitness</p> <p>17:00 - 17:50 Bodytoning</p> <p>18:00 - 19:00 Power Dumbell</p>	<p>08:00 - 08:50 Reha Kurs</p> <p>09:00 - 09:50 Step Aerobic</p> <p>10:00 - 10:50 Bodytoning</p> <p>11:00 - 11:50 Reha Kurs</p> <p>16:15 - 17:15 Zumba® Fitness</p> <p>18:00 - 18:50 Bauch Beine Po GYRO...</p> <p>19:00 - 19:50 Yoga</p> <p>20:00 - 20:50 Yoga</p>	<p>09:00 - 09:50 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>10:00 - 11:20 Pilates</p> <p>17:00 - 17:50 Rückentraining</p> <p>18:00 - 18:50 Step Aerobic</p> <p>19:00 - 19:50 Pilates & Barre Wor...</p>	<p>08:00 - 08:50 Wirbelsäulengymnast... Marlene</p> <p>09:00 - 09:50 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>10:00 - 10:50 Yoga</p> <p>11:00 - 11:50 Yoga Marlene</p> <p>17:00 - 17:50 Rückentraining GYRO...</p> <p>18:00 - 18:50 Mobility & Entspann...</p>	<p>09:00 - 09:50 Bauch Beine Po</p> <p>10:00 - 10:50 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>11:30 - 12:20 Reha Kurs</p> <p>16:15 - 17:05 Aerobic Cristina</p> <p>17:15 - 17:35 Bauch</p> <p>17:45 - 18:35 HIIT Workout</p>		

■ Ausauer
 ■ Dance & Fun
 ■ Figur
 ■ Gesundheit
 telefonische Vor...

Stand: 23.09.2021