

Kursplan

14.01.2019 - 20.01.2019

LIFE sportsclub
 Nobelstraße 56
 89584 Ehingen
 0 73 91 - 7 13 22
 topftehingen@t-online.de



Montag 14.01.2019	Dienstag 15.01.2019	Mittwoch 16.01.2019	Donnerstag 17.01.2019	Freitag 18.01.2019	Samstag 19.01.2019	Sonntag 20.01.2019
<p>09:20 - 09:40 Flexi-Bar</p> <p>09:45 - 10:45 Zumba-Fitness® sb</p> <p>16:45 - 17:30 Blackroll</p> <p>17:45 - 18:45 Power-Workout sb</p> <p>19:00 - 20:00 Step/Aerobic Workou... sb</p> <p>19:00 - 20:30 Thai Boxen</p>	<p>09:30 - 10:15 Wirbelsäule</p> <p>10:15 - 11:00 Yoga-Pilates sb</p> <p>17:30 - 18:30 Jumping Fitness</p> <p>19:00 - 20:00 Fit Boxen</p> <p>20:00 - 21:00 Indoor Cycling sb</p>	<p>09:00 - 10:00 Power-Workout sb</p> <p>10:15 - 11:15 Jumping Fitness</p> <p>17:30 - 18:15 Bauch, Beine, Po</p> <p>18:30 - 19:30 Deep Work/Jumping F...</p> <p>19:00 - 20:30 Thai Boxen</p> <p>19:40 - 20:40 Yoga & Stretch</p>	<p>08:30 - 09:15 Bauch & Rücken Fit</p> <p>09:25 - 10:10 DanceFitGold/DrumsA...</p> <p>17:45 - 18:45 Indoor Cycling sb</p> <p>18:00 - 18:15 Bauch Power</p> <p>18:15 - 19:00 Wirbelsäule</p> <p>19:00 - 20:30 Thai Boxen</p> <p>19:15 - 20:15 Power-Workout sb</p>	<p>09:00 - 10:00 Highintensity Circl...</p> <p>10:15 - 11:15 Indoor Cycling sb</p> <p>17:45 - 18:45 Zumba-Fitness® sb</p> <p>19:00 - 20:00 Power-Workout sb</p> <p>19:15 - 20:15 Indoor Cycling sb</p>		<p>09:30 - 10:30 Jumping Fitness</p> <p>10:45 - 11:45 Indoor Cycling sb</p>

■ Fun / Dance / Fi...
 ■ Geschlossener Ku...
 ■ Kraft / Ausdauer...
 ■ Kräftigung / Ent...
sb sb = slimbelly g...

Stand: 16.01.2019