

Kursplan

30.11.2020 - 06.12.2020

Fitness & Gesundheit
 Rothenbacher Weg 1a
 49751 Sögel
 05952 903703
 info@hiermachtgesundheitspass.de



Montag 30.11.2020	Dienstag 01.12.2020	Mittwoch 02.12.2020	Donnerstag 03.12.2020	Freitag 04.12.2020	Samstag 05.12.2020	Sonntag 06.12.2020
08:45 - 09:00 Bauch Pur	09:00 - 09:50 Yoga	08:30 - 09:20 Rehasport	09:00 - 09:50 BBP	08:45 - 09:00 Bauch Pur		
08:45 - 09:00 Bauch Pur	09:15 - 10:00 Zirkeltraining eGym...	09:00 - 09:50 BBP	09:15 - 09:30 Bauch Pur	08:45 - 09:00 Bauch Pur		
09:00 - 09:50 Wirbelsäulen-Gymn.	09:30 - 10:20 Rehasport	09:15 - 10:00 Zirkeltraining eGym...	09:30 - 10:20 Wirbelsäulen-Gymn.	09:00 - 09:50 BBP		
09:00 - 09:50 Wirbelsäulen-Gymn.	09:45 - 10:00 Bauch Pur	09:30 - 10:20 Zumba®	10:00 - 10:50 Wirbelsäulen-Gymn.	09:00 - 09:50 Wirbelsäulen-Gymn.		
09:00 - 09:50 Rehasport	10:00 - 10:50 BBP	09:45 - 10:00 Bauch Pur	10:00 - 10:50 Wirbelsäulen-Gymn.	09:15 - 09:30 Bauch Pur		
09:15 - 09:30 Bauch Pur	10:00 - 10:50 Yoga	10:00 - 10:50 Fit bis 99	10:00 - 10:50 Zirkeltraining eGym...	09:30 - 10:20 Wirbelsäulen-Gymn.		
09:15 - 09:30 Bauch Pur	10:15 - 11:00 Zirkeltraining eGym...	10:00 - 10:50 Zumba®	10:00 - 10:45 Zirkeltraining eGym...	09:30 - 10:20 Wirbelsäulen-Gymn.		
09:30 - 10:20 Wirbelsäulen-Gymn.	10:30 - 11:15 Zirkeltraining eGym...	10:00 - 10:50 Wirbelsäulen-Gymn.	10:00 - 10:50 Rehasport	09:30 - 10:20 BOP		
09:30 - 10:20 Wirbelsäulen-Gymn.	17:00 - 18:00 Zumba® für Kids	10:00 - 10:50 Wirbelsäulen-Gymn.	10:00 - 10:50 Rehasport	09:30 - 10:20 Rehasport		
09:30 - 10:20 Rehasport	17:30 - 18:20 Rehasport	10:00 - 10:50 Rehasport	16:00 - 17:00 Boxen für Kinder	09:30 - 10:20 Rehasport		
09:30 - 10:20 Rehasport	18:00 - 18:50 sanftes Indoor Cycl...	11:00 - 11:50 Yoga	17:45 - 18:00 Bauch Pur	10:00 - 10:50 BBP		

- Abnehmen & Ernäh...
- Kraft & Ausdauer...
- Körper & Geist
- Rückentraining
- Young Generation...

Stand: 03.12.2020

Kursplan

30.11.2020 - 06.12.2020

Fitness & Gesundheit
 Rothenbacher Weg 1a
 49751 Sögel
 05952 903703
 info@hiermachtgesundheitspass.de



Montag 30.11.2020	Dienstag 01.12.2020	Mittwoch 02.12.2020	Donnerstag 03.12.2020	Freitag 04.12.2020	Samstag 05.12.2020	Sonntag 06.12.2020
09:45 - 10:00 Bauch Pur	18:00 - 18:45 Zirkeltraining eGym...	11:00 - 11:30 Entspannung	18:00 - 18:50 Wirbelsäulen-Gymn.	10:00 - 10:50 Yoga		
10:00 - 10:50 Wirbelsäulen-Gymn.	18:00 - 18:50 Step Aerobic	15:00 - 15:50 Zumba® für Kids	18:00 - 18:50 Step Aerobic	10:00 - 10:30 Körper & Geist		
10:45 - 11:00 Bauch Pur	18:00 - 18:50 Step Aerobic	16:00 - 16:50 Rehasport	18:00 - 18:50 Wirbelsäulen-Gymn.	10:30 - 11:00 Körper & Geist		
11:00 - 11:50 Wirbelsäulen-Gymn.	18:30 - 19:20 Step Aerobic	17:00 - 17:50 Wirbelsäulen-Gymn.	18:00 - 18:45 Zirkeltraining eGym...	10:30 - 11:20 Yoga		
11:00 - 11:50 Rehasport	18:30 - 19:00 Functional Training...	17:30 - 17:45 Bauch Pur	18:00 - 18:50 Indoor Cycling	17:00 - 17:50 Zirkeltraining eGym...		
17:30 - 18:20 Wirbelsäulen-Gymn.	18:30 - 19:00 Bootcamp	18:00 - 18:50 Bodystyling	18:00 - 18:50 Step Aerobic	17:00 - 17:50 Zirkeltraining eGym...		
17:30 - 18:20 Rehasport	19:00 - 19:50 Indoor Cycling	18:00 - 18:50 Indoor Cycling	18:00 - 18:50 Rehasport	18:00 - 18:50 Lift it!		
17:45 - 18:00 Bauch Pur	19:00 - 19:50 Wirbelsäulen-Gymn.	18:00 - 18:50 Indoor Cycling	18:00 - 18:50 Rehasport	18:00 - 18:15 Bauch Pur		
18:00 - 18:50 Wirbelsäulen-Gymn.	19:00 - 19:50 Wirbelsäulen-Gymn.	18:00 - 18:50 Zumba®	18:00 - 18:50 Rehasport	18:20 - 18:50 Bootcamp		
18:00 - 18:50 Indoor Cycling	19:00 - 19:50 Step Aerobic	18:00 - 18:15 Bauch Pur	18:15 - 18:30 Bauch Pur	18:30 - 19:20 Indoor Cycling		
18:00 - 18:50 Bodystyling	19:00 - 19:50 Yoga	18:15 - 18:30 Bauch Pur	18:30 - 19:20 BBP	19:00 - 19:45 Zirkeltraining eGym...		

- Abnehmen & Ernäh...
- Kraft & Ausdauer...
- Körper & Geist
- Rückentraining
- Young Generation...

Stand: 03.12.2020

Kursplan

30.11.2020 - 06.12.2020

Fitness & Gesundheit
 Rothenbacher Weg 1a
 49751 Sögel
 05952 903703
 info@hiermachtgesundheitspass.de



Montag 30.11.2020	Dienstag 01.12.2020	Mittwoch 02.12.2020	Donnerstag 03.12.2020	Freitag 04.12.2020	Samstag 05.12.2020	Sonntag 06.12.2020
18:00 - 18:50 Rehasport	19:30 - 20:20 Yoga	18:20 - 18:50 Functional Training...	19:00 - 19:50 Wirbelsäulen-Gymn.			
18:00 - 18:50 BBP	19:30 - 20:00 Bootcamp	18:30 - 19:20 Wirbelsäulen-Gymn.	19:00 - 19:50 Zumba®			
18:15 - 18:30 Bauch Pur	20:00 - 20:50 Pilates	18:30 - 19:20 BOP	19:00 - 19:50 Zumba®			
18:15 - 18:30 Bauch Pur		18:30 - 19:20 Rehasport	19:00 - 19:50 BBP			
18:30 - 19:00 Bootcamp		19:00 - 19:50 Wirbelsäulen-Gymn.	19:00 - 19:50 Lift it!			
18:30 - 19:15 Zirkeltraining eGym...		19:00 - 19:50 Wirbelsäulen-Gymn.	19:00 - 19:50 Lift it!			
18:45 - 19:35 Lift it!		19:00 - 19:50 Lift it!	19:30 - 20:20 Yoga			
19:00 - 19:50 Lift it!		19:00 - 19:50 Lift it!	20:00 - 20:50 Indoor Cycling			
19:00 - 19:50 Zumba®		19:00 - 19:30 Functional Training...				
19:00 - 19:50 Zumba®		19:30 - 20:20 Zirkeltraining eGym...				
19:00 - 19:50 Lift it!		19:30 - 20:00 Bootcamp				

- Abnehmen & Ernäh...
- Kraft & Ausdauer...
- Körper & Geist
- Rückentraining
- Young Generation...

Stand: 03.12.2020

Kursplan

30.11.2020 - 06.12.2020

Fitness & Gesundheit
 Rothenbacher Weg 1a
 49751 Sögel
 05952 903703
 info@hiermachtgesundheitspass.de



Montag 30.11.2020	Dienstag 01.12.2020	Mittwoch 02.12.2020	Donnerstag 03.12.2020	Freitag 04.12.2020	Samstag 05.12.2020	Sonntag 06.12.2020
<p>19:00 - 19:50 Yoga</p> <p>19:30 - 20:20 Zumba®</p> <p>19:45 - 20:35 Indoor Cycling</p> <p>20:00 - 20:50 Zirkeltraining eGym...</p> <p>20:00 - 20:50 Wirbelsäulen-Gymn.</p> <p>20:00 - 20:50 Zirkeltraining eGym...</p>		<p>20:00 - 20:45 Zirkeltraining eGym...</p> <p>20:00 - 20:50 Wirbelsäulen-Gymn.</p> <p>20:00 - 20:50 Yoga</p> <p>20:00 - 20:50 Rehasport</p>				

- Abnehmen & Ernäh...
- Kraft & Ausdauer...
- Körper & Geist
- Rückentraining
- Young Generation...

Stand: 03.12.2020