

# Fitness im Team

Frühlingskursplan ab 18.04.2016

Montag	09:30 Balance	
	10:30 Balance	
	16:30 Bike & Power	
	17:30 Bodyforming	
	18:30 Stretch & Relax	
Dienstag	18:30 Rückentraining	
	19:30 Perfekt Body	
Mittwoch	10:30 Body-Forming	
	17:30 Bike & Power	
	17:30 Power Yoga	
	18:30 Yoga	
Donnerstag	16:30 Rückenschule	
	17:30 Bauch-Beine-Po	
	18:30 Zumba	
	19:30 Bauch Intensiv	
Freitag	11:00 Fitness Mix	

Kursdauer 50 Minuten.  
Kurse findet ab 4 Teilnehmern statt.

