

WOCHENENDE September

Sportmühle

Sa. 04.09	So. 05.09.	Sa. 11.09.	So. 12.09.	Sa. 18.09.	So. 19.09.	Sa. 25.09.	So. 26.09.
12.00 Gym Halle Bodypump Katha	11.00-12.30 Gym Halle Jazz-Dance Carlo	11.00 Gym 3 Easy Chart Dance Julia& Nathalie	11.00-12.30 Gym Halle Jazz-Dance Carlo	12.00 Gym Halle Cardio Workout Moris	11.00-12.30 Gym Halle Jazz-Dance Carlo	13.00 Gym Halle Zumba Nathalie	11.00-12.30 Gym Halle Jazz-Dance Carlo
13.00 Gym Halle Rücken Flow Katha	11.00-12.30 Gym 3 Kundalini Yoga Anja	12.00 Gym 3 Workout Nathalie	11.00-12.30 Gym 3 Yoga & Meditation Nana	13.00 Gym Halle Stretch & Flow Moris	11.00-12.30 Gym 3 Vinyasa & Yin Yoga Sandra	14.00 Gym Halle Langhantel Nathalie	11.00-12.30 Gym 3 Yoga & Meditation Nana
	14.00 Gym Halle Strong Nation Paula		13.00 Gym Halle Zumba Step Maya		13.00 Gym Halle Cross Workout Isabel		12.30 Gym Halle Cardio Workout Janine
	15.00 Gym Halle Workout & Stretch Paula		14.00 Gym Halle Piloxing Maya		14.00 Gym Halle Rücken & Stretch Isabel		13.30 Gym Halle Pilates Janine
SpinCycling							
	11.00 / 12.00 siehe „Mein Kursbuch“ in der App		11.00 / 12.00 siehe „Mein Kursbuch“ in der App		11.00 / 12.00 siehe „Mein Kursbuch“ in der App		11.00 / 12.00 siehe „Mein Kursbuch“ in der App
Bitte Mund- & Naseschutz auf allen Laufwegen und außerhalb des Trainings							

