

Kursplan INFORM Training Altenberge

Gültig ab 11.04.-17.04.2022

1.Oster-Ferienwoche

An- und Abmeldung zurzeit erforderlich (Corona)



#GEMEINSAMSTARK
#GEMEINSAMINFORM

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	KAR-Freitag	Samstag	OSTER-Sonntag
VOFMITTAGS	RückenFit 09:30 - 10:30 mit <i>Susana</i>		Pilates 09:30 - 10:30 mit <i>Rebekka</i>	Yoga 09:30 - 10:30 mit <i>Susana</i>	BBP 10:00 - 11:00 mit <i>Rebekka</i>		
			BBP 10:30 - 11:30 mit <i>Rebekka</i>		Yoga 11:00 - 12:30 mit <i>Rebekka</i>		Yoga 11:00 - 12:00 mit <i>Susana</i>
NACHMITTAG/ ABENDS	Pilates 17:00 - 18:00 mit <i>Steven</i>	Hot Iron® 1 18:00 - 19:00 mit <i>Rebekka</i>	Full Body Workout 17:30 - 18:10 mit <i>Daria</i>	RückenFit 18:00 - 19:00 mit <i>Susana</i>			
	Power Circle 18:00 - 19:00 mit <i>Marc</i>	Yoga 19:10 - 20:10 mit <i>Rebekka</i>	Bauch Intensiv 18:15 - 18:45 mit <i>Daria</i>	Lift & Workout 19:00 - 20:00 mit <i>Susana</i>			
	Cycling 19:10 - 20:10 mit <i>Susana</i>		Cycling 19:00 - 20:00 mit <i>Jörg</i>				