

## KURSPLAN ReStart Fitness

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Fitness für Mama (Baby willkommen)</b> 9:30 – 10:30 (60 Min.)	<b>Zumba Fitness</b> 9:15 – 10:15 (60 Min.)	<b>Fitness für Senioren</b> 10:00 – 10:45 (45 Min.)	<b>Bodywork</b> 9:15 – 10:15 (60 Min.)	<b>Langhanteltraining</b> 18:15 – 19:15 (60 Min.)	<b>Themen Workshops</b>	<b>Themen Workshops</b>
<b>Aqua Zumba®</b> 19:15 – 20:00 (45 Min.)	<b>Bodywork</b> 10:30 – 11:30 (60 Min.)	<b>Yoga Rücken</b> 16:45– 17:45 (60 Min.)				
<b>Aqua Power</b> 20:10 – 20:55 (45 Min.)	<b>Zumba Fitness</b> 19:30 – 20:30 (60 Min.)	<b>Power Yoga</b> 18:00 – 19:00 (60 Min.)				
		<b>Yin Yoga</b> 19:20 – 20:50 (90 Min.)				
		<b>Aqua Zumba®</b> 19:45 – 20:30 (45 Min.)				

Wir sind Verbundpartner von

