



Stand 01.04.2018
Kursplan
 Info Arena: 07391 - 587 570



Kursraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 - 11:00					Rückenfit 10:00 - 11:00		
12:00 - 13:00							
13:00 - 14:00							
14:00 - 15:00							
15:00 - 16:00							
16:00 - 17:00			17:30 MX 4	17:30 MX 4	17:15 MX 4		
17:00 - 18:00			18:15 MX 4	18:15 MX 4	18:00 MX 4		
18:00 - 19:00	Pilates 18:00 - 19:00	Bauch - Beine - Po 18:00 - 19:00	Arena Pump				
19:00 - 20:00	Rowing 19:00 - 20:00	Spinning 19:00 - 20:00	18:30 - 19:45				
20:00 - 21:00							

Trainer	Nikole	Tanja	Christine	Carmen	Kurs - Trainer
	Christian / Role		Timo Tanja		Selina



Melde Dich jetzt an!

