

Euer Sommer- Kursplan 2021

Outdoor (bei schlechtem Wetter indoor)



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30 - 09:30 Uhr MorgenPowerVital maxi/RückenVital mit Ronny	08:30 - 09:15 Uhr RückenVital <i>midi</i> mit Ronny	08:30 - 09:30 Uhr NordicWalkingVital maxi mit Ronny		
			10:30 - 11:30 Uhr Yoga <i>maxi</i> mit Sabine	10:30 - 11:30 Uhr RückenVital <i>maxi</i> mit Sabine
17:30 - 18:15 Uhr RückenVital <i>midi</i> mit Ronny				
18:30 - 19:30 Uhr AfterworkVital meets Faszien <i>midi</i> mit Ronny	18:30 – 19:30 Uhr Pilates meets RückenVital <i>maxi</i> mit Ronny	18:30 - 19:30 Uhr PowerGymVital <i>Indoor</i> maxi mit Martina	19:45 - 20:30 Uhr IndoorCyclingVital <i>midi</i> mit Udo	18:30 - 19:30 Uhr RückenVital <i>maxi</i> mit Ronny
19:45 - 20:30 Uhr IndoorCyclingVital <i>midi</i> mit Udo				