

Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018

aktivita
Werner-Heisenberg-Str. 2
53577 Neustadt - Fernthal
02683 936234
info@aktivita-rueckenfit.de



Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
<p>10:00 - 10:45 Hallo Wach Conny</p>	<p>18:00 - 19:00 Iron Workout Conny</p>	<p>10:00 - 10:45 Hallo Wach Sarah / Yannik</p>	<p>17:15 - 18:00 Reha Rücken Nico</p>	<p>10:00 - 10:45 Rückenfitness Uschi</p>	<p>11:00 - 12:00 Functional Training... Dirk</p>	
<p>11:00 - 11:45 Reha Rücken Yannik</p>	<p>19:00 - 20:10 Indoorcycle Uschi</p>	<p>11:00 - 11:45 Reha Rücken Yannik</p>	<p>18:30 - 20:00 Functional Mix Conny</p>	<p>11:00 - 11:45 Hallo Wach Uschi</p>		
<p>18:30 - 19:25 Indoorcycle Uschi</p>	<p>20:15 - 21:00 Reha Rücken Uschi</p>	<p>17:15 - 18:00 Reha Rücken Yannik</p>	<p>20:15 - 21:15 Indoorcycle Uschi</p>	<p>11:45 - 12:30 Faszien Training Sarah</p>		
<p>19:30 - 20:30 Power Fatburner Uschi</p>		<p>18:00 - 19:00 Faszien & Relax Sarah</p>		<p>17:30 - 18:30 Indoorcycle Peter</p>		
<p>20:30 - 20:45 Bauch Pur Uschi</p>		<p>19:00 - 20:00 Zumba Nici</p>				
		<p>20:00 - 21:00 Indoorcycle Nici</p>				

■ Ausdauer
 ■ Dance & Fun
 ■ Gesundheit
 ■ Kraft

Stand: 13.12.2018