

Kursplan: Raum 2

26.07.2021 - 01.08.2021

Fitness & Gesundheitszentrum Steinhof
Steinhof 8
77704 Oberkirch
07802 980944
info@steinhof-fitness.de



Montag 26.07.2021	Dienstag 27.07.2021	Mittwoch 28.07.2021	Donnerstag 29.07.2021	Freitag 30.07.2021	Samstag 31.07.2021	Sonntag 01.08.2021
09:00 - 09:45 Dance	08:30 - 09:00 Bauch Intensiv	09:00 - 09:45 Step	09:00 - 10:00 FIT for YOU	09:30 - 11:00 Hatha Yoga Karin	10:15 - 11:15 Perfect Body	
09:50 - 10:50 PILATES	09:05 - 09:50 Rücken Fit	09:50 - 10:35 Bodystyling - Flexi...	10:05 - 10:50 Faszien & Yoga	17:55 - 18:25 Bauch Intensiv		
17:45 - 18:40 TRX Suspensions Tra...	18:00 - 18:45 Rücken mit Flexi-Ba...	17:25 - 18:10 DEEP FLOW	17:30 - 18:15 Funktionelles Train...	18:30 - 19:15 TRX Suspensions Tra...		
18:50 - 19:50 Perfect Body	18:50 - 19:50 Fatburner Mix Violetta	18:15 - 19:15 Bewegter Rücken	18:20 - 19:05 Step 2			
	19:55 - 20:40 M.A.X.	19:25 - 19:55 Bauch Intensiv	19:10 - 19:55 Dance 2			

■ Ausdauer und Fet...
 ■ Entspannung und ...
 ■ Gesundheit und R...
 ■ Kräftigung und S...

Stand: 27.07.2021