

Kursplan und Trainer KW6

Montag 03.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
09:00	RückenFit	60	Veronik	18:30	Flexibar	45	Véronique	13:00	Functional Workout	30	Véronique
18:00	Sixpack	20	Thomas E.	19:30	PowerTABATA	45	Véronique	18:30	Functional Workout	30	Thomas E.
18:30	Pumping	50	Jürgen								
19:30	Jumping Fitness	50	Jürgen								

Dienstag 04.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
10:00	Bodystyling	45	Véronique	18:00	Mobility Stretch	30	Marcel				
11:00	Fatburner	45	Véronique	18:30	Faszien Training	30	Marcel				
17:30	BBP	45	Sandro	19:00	RückenFit	45	Marcel				
18:30	Jumping Fitness	50	Sandro								
19:30	Yoga	75	Marja Liisa								

Mittwoch 05.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
09:00	Pilates	60	AlexandraS.	18:30	Pilates	60	AlexandraS.	12:30	Functional Workout	30	Marcel
17:30	Pumping	50	Vivian	19:30	Spinning®	60	Thomas S.	18:00	Functional Workout	30	Thomas E.
18:30	PowerTABATA	45	Janine								
19:30	Rumba Latina	45	Carlos								

Donnerstag 06.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
10:00	Flexibar	45	AlexandraS.	18:30	RückenFit	45	AlexandraS.	12:00	Sixpack	20	Marcel
11:00	Jumping Fitness	50	Diana	19:30	Yoga	75	Harald	18:00	Sixpack	20	Thomas E.
17:30	BBP	45	Ivan								
18:30	Jumping Fitness	50	Vivian								
19:30	Zumba	45	Sabrina								

Freitag 07.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
09:00	RückenFit	60	Veronik	18:30	Spinning®	60	Thomas E.				
10:00	Faszien Training	30	Véronique								
17:00	Bodystyling	45	Maria Antonia								
17:45	Pilates	60	Anastasiya								

Samstag 08.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
10:00	Pumping	50	Wallice					12:30	Functional Workout	30	Véronique
11:00	Jumping Fitness	50	-								
12:00	Sixpack	20	Véronique								

Sonntag 09.02.2020											
Kursraum 1 unten				Kursraum 2 oben				Funct. Fläche			
Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer (min)	Trainer
10:00	Box&Move	45	Judith	10:45	Yoga	90	Jutta	12:00	Functional Workout	30	Véronique
11:00	BBP	45	Véronique	17:00	Spinning®	60	Nemanja				
12:30	Mobility Stretch	30	Véronique								

