

Kursplan und Trainer KW14

Montag							
03.04.23							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
09:00	RückenFit	60	Loris	18:30	Flexibar	45	Anastasiya
18:00	Sixpack	15	Philipp				
18:30	Pumping	45	Jürgen				
19:30	Jumping Fitness	45	Jürgen				

[illegible][illegible]

Donnerstag							
06.04.23							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Flexibar	45	Alexandra	18:00	Sixpack	15	Philipp
11:00	Qigong	60	Miriam	18:30	RückenFit	45	Philipp
17:30	Bodystyling	45	Sabine	19:30	Yoga	75	Isabella
18:30	Jumping Fitness	45	Vivian				

[illegible]

Samstag							
08.04.23							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Bodystyling	45	Sandy				
11:00	DEEP WORK	45	Sandy				
12:00	Sixpack	15	Christof				
12:30	Functional Workout	30	Christof				

[illegible]