

Kursplan und Trainer KW24

[illegible][illegible][illegible]

Donnerstag							
12.06.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Flexibar	45	Alexandra	18:30	RückenFit	45	Tim
11:00	Qigong	60	Elena	19:30	Yoga	75	Andrea
17:30	Bodystyling	45	Ivan				
18:30	Jumping Fitness	45	Mareike				

[illegible]

Samstag							
14.06.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Pumping	45	Vivian				
11:00	Jumping Fitness	45	Nina				
12:00	Sixpack	15	Marcel				
12:30	Functional Workout	30	Marcel				

Sonntag							
15.06.25							
Kursraum 3. OG				Kursraum 4.OG			
Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer	Beginn	Kurs	Dauer [min]	Trainer
10:00	Box&Move	45	Ivan	10:30	Yoga	90	Jutta
11:00	BBP	45	Ivan				
12:00	Mobility Stretch	30	Marcel				