

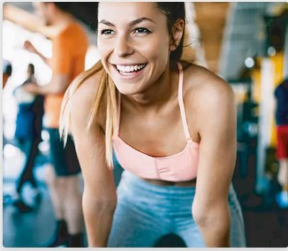






GRUPPEN-KURSPLAN

| MONTAG 1.4.2024 | DIENSTAG 2.4.2024 | MITTWOCH 3.4.2024 | DONNERSTAG 4.4.2024 | FREITAG 5.4.2024 | SAMSTAG 6.4.2024 | SONNTAG |
|--|---|---|--|--|--|---------|
| <p>09:30 – 10:30 Uhr</p> <p>Bauch-Beine-Po</p> <p>Marie A</p> | | <p>09:30 – 10:30 Uhr</p> <p>Rücken & Gelenke</p> <p>Marie A</p> | | <p>09:30 – 10:30 Uhr</p> <p>Ganzkörpertraining</p> <p>Klaudia A</p> |  | |
| <p>10:45 – 11:30 Uhr</p> <p>Reha-Sport</p> <p>Marie A</p> | <p>10:30 – 11:30 Uhr</p> <p>Body & Mind</p> <p>Jeannette A</p> |  | |  | | |
|  |  | | <p>16:30 – 17:15 Uhr</p> <p>Reha-Sport</p> <p>Marie A</p> | | | |
| | | | <p>17:15 – 18:00 Uhr</p> <p>Reha-Sport</p> <p>Marie A</p> |  |  | |
| <p>18:00 – 18:45 Uhr</p> <p>Reha-Sport</p> <p>Luis A</p> | | | | | | |
| <p>19:00 – 19:45 Uhr</p> <p>Reha-Sport</p> <p>Luis A</p> | | <p>19:00 – 20:00 Uhr</p> <p>Ganzkörpertraining</p> <p>Klaudia A</p> | <p>19:00 – 20:00 Uhr</p> <p>H.I.I.T</p> <p>Luis A</p> | | | |
| <p>20:00 – 21:00 Uhr</p> <p>PUMP</p> <p>Luis A</p> | | | | | | |

Click = Klicken Sie für Kursbeschreibungen bei Bedarf auf einen Kurs.

A = Alle (auch Untrainierte)
M = Mittelstufe
F = Fortgeschrittene

PROLIFE-Kursplan download