

# GRUPPEN-KURSPLAN

**MONTAG** 2.12.2024

09:30 – 10:30 Uhr

**Bauch-Beine-Po**

Luis A

10:45 – 11:30 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A



18:00 – 18:45 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

19:00 – 19:45 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

20:00 – 21:00 Uhr

**PUMP**

Luis A

**DIENSTAG** 3.12.2024

10:30 – 11:30 Uhr

**Body & Mind**

Jeannette A



18:00 – 18:45 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

**MITTWOCH** 4.12.2024



19:00 – 20:00 Uhr

**Ganzkörpertraining**

Klaudia A

**DONNERSTAG** 5.12.2024

10:00 – 10:45 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

16:30 – 17:15 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

17:15 – 18:00 Uhr

**Reha-Sport**

Luis A

19:00 – 20:00 Uhr

**H.I.I.T**

Luis A

**FREITAG** 6.12.2024

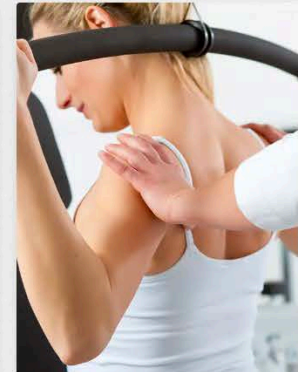
09:30 – 10:30 Uhr

**Ganzkörpertraining**

Klaudia A



**SAMSTAG** 7.12.2024



**SONNTAG**

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

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

PROLIFE-Kursplan download