

Online-Kursplan: 02.01.2021-10.01.2021

Balance

Herz-Kreislauf

Muskulatur

Wirbelsäule



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Kursraum Spinning

Vormittag

10:00-11:00
Yoga für den Rücken

10:00-10:45
Core-Training

11:00-11:45
Latin Dance Moise

12:00-12:45
Yogilates Benny

Nachmittag/Abend

17:00-17:45
Pilates Korinna

18:00-19:00
HOT IRON Daniela

19:00-19:45
Piloxing Eva

20:00-20:45
Bodystyling Eva

17:00-17:45
Zumba Anna

18:00-18:45
Hatha Yoga Korinna

19:00-20:00
Spinning Katharina

17:30-18:30
Zumba Anna

Wir freuen uns auf Ihre Wünsche und Anregungen! Viel Spaß wünscht Ihr Medical Fitness-Team