

# Kursplan

31.03.2025 - 06.04.2025

Montag 31.03.2025	Dienstag 01.04.2025	Mittwoch 02.04.2025	Donnerstag 03.04.2025	Freitag 04.04.2025	Samstag 05.04.2025	Sonntag 06.04.2025
<p>09:00 - 10:15 Power Dumbell</p> <p>18:00 - 19:15 Yoga Yin und Yang ...</p> <p>19:30 - 20:30 Jumping</p>	<p>18:00 - 19:00 Wirbelsäulengymnast... Alice</p> <p>19:00 - 20:00 Power Hour</p>	<p>09:00 - 09:30 Step Workout</p> <p>09:30 - 10:30 Bodystyling Alice</p> <p>18:30 - 19:00 Bauchkiller</p> <p>19:00 - 20:00 Power Dumbell Kathrin</p>	<p>18:00 - 18:30 Step Cardio</p> <p>18:30 - 19:30 Bodystyling Alice</p>	<p>09:00 - 10:15 Wirbelsäulengymnast... Moni</p> <p>17:45 - 18:45 Indoor Cycling</p>		<p>10:15 - 11:15 Indoor Cycling</p>

■ Ausdauer     
 ■ Figur     
 ■ Gesundheit     
 ■ Kraft

Stand: 04.04.2025