

Kursplan

21.01.2019 - 27.01.2019

Family Gym
Bahnhofstr. 12-14
06917 Jessen
03537 216391
info@familygym.de



Montag 21.01.2019	Dienstag 22.01.2019	Mittwoch 23.01.2019	Donnerstag 24.01.2019	Freitag 25.01.2019	Samstag 26.01.2019	Sonntag 27.01.2019
<p>09:30 - 10:15 Fit für die Enkel Jenny</p> <p>10:20 - 10:40 BALLance®</p> <p>16:00 - 16:45 Rehasport (Orthopäd... Sarah</p> <p>17:30 - 18:45 Spinning® Heike</p> <p>18:30 - 19:30 Yoga Jenny</p> <p>19:00 - 19:30 Schlingentraining Robin</p> <p>19:30 - 20:30 Qigong / 5 Elemente... Birgit</p>	<p>09:30 - 10:30 Fit für die Enkel Heike</p> <p>11:00 - 12:00 Rehasport (Herzspor... Heike</p> <p>14:30 - 16:00 Tanz einfach mit Frau Bonk</p> <p>18:30 - 19:00 H.I.P.T. Robin</p> <p>19:00 - 20:00 Pilates Heike</p> <p>20:00 - 21:00 Bodyfit Jenny</p>	<p>15:00 - 15:45 Rehasport (Orthopäd... Jenny</p> <p>16:00 - 16:20 BALLance®</p> <p>16:30 - 17:30 Zandunga® Maud</p> <p>17:30 - 18:00 Yoga Jenny</p> <p>18:00 - 19:00 Step/Rücken Heike</p> <p>20:00 - 21:10 Muscle Power Robin</p>	<p>08:15 - 09:30 Nordic Walking Heike</p> <p>09:30 - 10:30 Zirkel Sarah</p> <p>10:45 - 11:30 Rehasport (Orthopäd... Sarah</p> <p>15:30 - 16:15 Bodyfit Robin</p> <p>16:30 - 17:30 Wirbelsäulengymnast... Jenny</p> <p>17:30 - 18:30 Pilates Heike</p> <p>18:30 - 19:30 Rehasport (Herzspor... Heike</p> <p>18:45 - 19:30 Power Functional Maik</p> <p>19:30 - 20:15 Jumping® Fitness Jenny</p>	<p>16:15 - 17:15 Yoga Jenny</p> <p>17:20 - 17:40 BALLance®</p> <p>17:50 - 19:00 Muscle Power Robin</p> <p>19:00 - 20:00 Wirbelsäulengymnast... Heike</p> <p>20:00 - 21:00 Pilates Heike</p>	<p>13:30 - 15:00 Nordic Walking Heike</p>	

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit
- Kraft
- Körperwahrnehmung...

Stand: 21.01.2019