

Kursplan: A1

16.09.2019 - 22.09.2019

Bienwald Fitness **BIENWALD** FITNESS
 Höfener Ring 5
 76870 Kandel
 07275 989340
 info@bienwaldfitness.de

Montag 16.09.2019	Dienstag 17.09.2019	Mittwoch 18.09.2019	Donnerstag 19.09.2019	Freitag 20.09.2019	Samstag 21.09.2019	Sonntag 22.09.2019
<p>09:30 - 10:25 Aerobic-4-All</p> <p>10:30 - 11:25 Bodystyling</p> <p>17:30 - 18:25 Basic Step</p> <p>18:30 - 19:25 WSG</p> <p>19:30 - 20:25 Power Dumbell</p> <p>20:30 - 20:45 Bauch Extreme</p>	<p>09:30 - 10:25 Step</p> <p>10:30 - 11:30 BBP Plus</p> <p>18:30 - 19:55 Rücken Plus mit Str...</p> <p>20:00 - 21:00 Zumba®</p>	<p>08:45 - 09:00 Bauch X-Press</p> <p>09:00 - 10:00 Flexi-Bar®</p> <p>10:00 - 11:00 Rückenfit</p> <p>17:30 - 18:25 Bodystyling</p> <p>18:30 - 19:25 Step - M</p>	<p>08:45 - 09:00 Bauch X-Press</p> <p>09:00 - 09:55 BBP Plus</p> <p>10:00 - 10:55 Pilates</p> <p>11:00 - 11:15 Bauch Express</p> <p>17:00 - 18:00 Zumba®</p> <p>18:00 - 18:45 Power Dumbell</p> <p>18:45 - 19:30 WSG</p>	<p>09:30 - 10:25 Rückenfit</p> <p>17:30 - 18:25 Rücken & Bauch</p> <p>18:30 - 19:30 Fit Mix</p> <p>19:30 - 19:45 Bauch X-Press</p>		<p>10:30 - 11:25 Zumba® Spezial</p>

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit
- Kraft
- Körper & Entspan...
- Rehasport
- Sonstiges

Stand: 16.09.2019