

Kursplan AktivioSport

FUN-Keller

Trainingsfläche

Kursraum

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>AktivioRückenPower mit Karin 09:30-10:30 Uhr</p>	<p>Stand?Fest! mit Heike 09:30-10:00 Uhr</p>			
<p>FUNctional Coaching mit Resi/Kosta 10:30-11:30 Uhr</p>				
<p>§20 Präv. KAZ-Training mit Karin/Kosta/Resi 11:30-12:30 Uhr</p>				
	<p>§20 Präv. KAZ-Training mit Karin, Kosta, Resi 16:30-17:30 Uhr</p>		<p>§20 Präv. KAZ-Training mit Karin, Kosta, Resi 11:30-12:30 Uhr</p>	<p>§20 Präv. Rücken- und Gelenktraining mit Resi, 10-11Uhr</p>
<p>TABATA mit Kosta 18:00-18.45 Uhr</p>			<p>Rücken-Yoga mit Gerlinde 16:45-18.00 Uhr</p>	
<p>Vinyasa-Yoga mit Gerlinde 18:00-19:15 Uhr</p>	<p>§20 Präv. Rücken- und Gelenktraining mit Karin/Kosta, 19-20 Uhr</p>	<p>BoxFIT mit Kosta 18:00-18.45 Uhr</p>	<p>§20 Präv. KAZ-Training mit Karin, Kosta, Resi 17:00-18:00 Uhr</p>	
		<p>FUNctional Coaching mit Resi/Kosta 19:00-20:00 Uhr</p>	<p>AktivioRückenPower mit Karin 18:30-19:30 Uhr</p>	