

„Club-News“

Für Februar 2025 – Kursplan im Wochenüberblick

Woche:
Woche: 01.02.- 02.02.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vor-mittag						11Uhr Jumping Gold	
Nach-mittag							

Woche: 03. 02. -09.02

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	So
	10:30 Stuhl Gymnastik 11Uhr Zumba Gold	11Uhr Hiit Gold				11Uhr Deepwork	11Uhr Hiit
Nach-mittag	18Uhr Pilates 19Uhr Strong	19Uhr Zumba	18 Uhr Jumping Gold	19Uhr Rücken und Stretch 20 Uhr Jumping	18 Uhr Vortrag Reset für die Seele 18 : 45 Entspannung		

Woche: 10.02. -16.02

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vor-mittag	11Uhr Zumba Gold	11 Uhr Hiit Gold		10:30 Stuhl Gymnastik 11Flexibar			
Nach-mittag	18Uhr Pilates 19Uhr Bauch & Booty	19Uhr Zumba	18 Uhr Flexibar	19 Uhr Hiit			

Woche: 17.02 – 23.02

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vor-mittag	10:30 Stuhl Gymnastik 11Uhr Zumba Gold	11Uhr Hiit Gold					11 Uhr step Fatburning
Nach-mittag	18Uhr Pilates 19Uhr Strong	19Uhr Zumba	18 Uhr Hiit 19 Uhr Yoga	19Uhr Faszien 20Uhr Jumping			

Woche:24. 02. 28. 02

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vor-mittag	11Uhr Zumba Gold	11Uhr Hiit Gold					
Nach-mittag	18Uhr Pilates 19Uhr Bauch und Booty	19Uhr Zumba	18 Uhr Jumping Gold 19 Uhr Yoga	19 Uhr Flexibar			