









Kursplan gültig ab 31.08.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	09:00-10:15 Faszien-Yoga Monica G.	08:45-09:45 Walk& Workout Sandra	09:00-10:15 Pilates Monica G.	09:15-10:00 Zirkeltraining Kirsten	09:30-10:30 Neue Rückenschule Philip	09:00-10:30 Yoga Monica G.
10:00 - 11:00 Rückenfit Ines	10:30-11:15 Zirkeltraining Ute	10:15-11:15  Bärbel		10:30-11:30 Rückenfit 50+ Carmen	10:45-11:45  Judith	10:45-11:45 Body Workout i.W.
	17:15-18:15 Step Monica D.	17:15-18:15 Bodyfit-Intense Sandra	17:15 - 18:15 Rückenfit Ines	17:15-18:15  Bärbel		
17:45-18:45  Sebastian	18:30-19:20 Pilates Monica G.	18:30-19:15  Jenny	18:30-19:30  Sebastian	18:30-19:30 Step & Tone Bärbel/Sandra		
19:00-20:15 Yoga Natalie	19:30-20:30  Connor	19:30-21:00 Yin Yoga Monica G.	19:45-20:45  Sebastian&Jenny			

- Legende:
- Nur live /Kursraum
 - Kursraum + Zoom
 - Outdoor
 - Funktionelles Training
 - Toning, Muskelstärkung
 - Ausdauer/Kondition
 - Body & Mind

Änderungen sind aus organisatorischen Gründen möglich - bitte beachtet den aktuellen Kursplan auf unserer Homepage:

<https://fitness-wehrheim.de/kursplan/>

Walk und Workout startet erst am 09.09.20 !!