









10 JAHRE

*Fitness Lounge*

Wehrheim

## Kursplan Sommer 2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 Rückenfit	09:00  Faszien-Yoga	10:00 Bodybalance	09:00  Pilates + Stretch	10:30 Rückenfit 50+	09:30 Neue Rückenschule	09:00 Yoga
17:45 Body-Pump	10:00  PowerZirkel	17:15 Body Workout	17:45 Body Jam	17:30  H.I.T.	10:45 Body-Pump	10:45 Body Workout
19:00  Yoga	17:15 Step	18:30 Pilates	19:00 Body Pump	18:10 Bodybalance	12:00 Jumping Fitness	14:30 PowerZirkel
	18:30 Rückenfit	19:40  Yin Yoga	19:00  PowerZirkel		14:30  PowerZirkel	Alle Kurse ohne Zeitangabe sind im 60 Minuten Format
	19:40 Jumping Fitness					
						Nur live im Kursraum
						Trainingsfläche
						Live im Kursraum+Zoom

Änderungen sind aus organisatorischen Gründen möglich. Bitte beachte den aktuellen Kursplan auf unserer Homepage: [www.fitness-wehrheim.de](http://www.fitness-wehrheim.de)