

Kursplan ab 13.09.2010

gedruckt am 01.09.2010

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00				09:00-09:45 Rücken Power Kursraum		09:30-10:15 Pilates Kursraum
10:00						10:30-11:30 Indoor Cycling Kursraum Alexander
11:00						
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
16:00						
17:00	17:15-18:00 Pilates Kursraum	17:45-18:30 Rücken Power Kursraum	17:00-17:45 Pilates Kursraum	17:00-18:00 Sensitiv Cycling Kursraum Eva	17:00-18:00 Laktat I.C. Kursraum Alexander	
18:00	18:30-19:30 Laktat I.C. Kursraum	18:30-19:30 Yoga Kursraum Eva	18:00-19:00 Sensitiv Cycling Kursraum	18:15-19:15 Entspannung nach Jacobson Kursraum Eva	18:00-19:00 Indoor Cycling Kursraum	
19:00						
20:00	19:45-20:45 Indoor Cycling Kursraum		19:30-20:30 Laktat I.C. Kursraum Alexander			