

Unser Kursplan – Delitzsch

(“CORONA“ bedingt sind kurzfristige Änderungen möglich)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	Samstag
	<p>Rückenschule 9:30 – 10:30</p>				<p>Sling Training 09:30 – 10:15</p>
					<p>Sling Training 10:30 – 11:15</p>
<p>Pilates Mix 17:00 – 18:00</p>		<p>Sling - Einsteiger 17:00 – 17:45</p>	<p>Ganzkörper-training 17:45 – 18:45</p>		
<p>Bauch - Beine - Po 18:00 – 18:45</p>	<p>Rückenschule 18:00 – 18:30</p>	<p>Step 18:00 – 18:45</p>	<p>Sling – Einsteiger 19:00 – 19:45</p>		<p>Sonntag</p>
<p>Sling - Einsteiger 19:00 – 19:45</p>	<p>Rückenschule 18:45 – 19:15</p>	<p>Hanteltraining /Bauch 19:00 – 19:45</p>	<p>Sling Einsteiger 20:00 – 20:45</p>		<p>Bauch - Beine - Po 10:00-11:00</p>