



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag	Dance Time / Step 9.00 – 10.00 Silvia (M)	Antara  8.45 – 9.45 Silvia (A)	Bodyforming 9.00 – 10.00 Silvia (A)	Step Choreo 8.45 – 9.45 Silvia (A)	fit + gesund starker Rücken 9.00 – 10.00 Silvia / Nicole (A)		Step fun 9.15 – 10.15 Silvia (A)
					FREEK® Step fun 10.00 – 10.45 Silvia (E)		FunTone 45 SECONDS – BE READY 10.15 – 11.15 Silvia (A)
Nachmittag						Gruppenfitness Plan E = Einsteiger, A = Alle, M = Mittel- Fortgeschrittene	
					FREEK® Step fun 17.00 – 17.45 Silvia (E)		
Abend	FunTone 45 SECONDS – BE READY 17.30 – 18.30 (A)	Dance Time 17.30 – 18.30 Silvia (M)	Dance Time Beginner 17.30 – 18.30 Silvia (A)	Step fun 18.00 – 19.00 Silvia (A)	Dance Time 17.45 – 18.45 Silvia (M)		
	T&B X / Tae Bo 18.45 – 19.45 (A)	Step Choreo 18.45 – 19.45 Brigitte (M)	Bodyforming- Antara 18.45 – 19.45 Silvia (A)	Bodyforming- Antara 19.00 – 20.00 Silvia (A)			
			T&B X / Tae Bo 20.00 – 21.00 (A)				

externe Kurse müssen beim Trainer selbst bezahlt werden!!!

Gültig ab 05.06.2017 bis auf Widerruf / Veränderungen bleiben vorbehalten

Achtung: bei weniger als 3 Personen können die Stunden entfallen. Wir wünschen dir ganz viel Spaß