

Kursplan Physio&fit mit tib

Montag

10:45 Uhr
Fit & Fun mit Theresa



18:00 Uhr
Pilates mit Theresa



Dienstag

13:00 Uhr
Seniorengymnastik* mit Lena



16:00 Uhr
Rückenschule* mit Lena



17:00 Uhr
Rückenschule* mit Lena



18:00 Uhr
Rückenschule* mit Lena



19:00 Uhr
Pilates mit Sabine



20:00 Uhr
Bodystyling mit Sabine



Mittwoch

18:30 Uhr
Step Aerobic mit Theresa



19:30 Uhr
Fatburner mit Theresa



Donnerstag

19:00 Uhr
Pilates mit Sabine



20:00 Uhr
BodyArt® mit Sabine



* nur mit Anmeldung