

Gültig ab:
25.02.19

KURSPLAN

Mo Di Mi Do Do 2 Fr Sa So

08:15 – 09:00 Virtueller Kursplan	08:15 – 09:15 Virtueller Kursplan	08:15 – 09:00 Virtueller Kursplan	08:15 – 09:00 Virtueller Kursplan		08:30 – 09:15 Virtueller Kursplan		09:15 – 10:00 Virtueller Kursplan
09:15 - 10:00 BBP	09:15 - 10:15 Body Fit	09:15 - 10:00 Fit am Vormittag	09:15 - 10:15 BBP		09:15 - 09:45 Faszientraining	Fällt aus wenn Tiefenentspannung stattfindet	10:00 – 10:45 Indoor-Cycling Mixed
10:15 - 11:00 Rücken-Fit		10:15 - 11:00 Rücken-Fit			10:00 - 10:45 Stretching		
11:30 – 17:00 Virtueller Kursplan	10:30 – 17:30 Virtueller Kursplan	11:15 – 16:30 Virtueller Kursplan	10:30 – 16:40 Virtueller Kursplan	in Kursraum 2*	12:00 – 17:00 Virtueller Kursplan	19:45 – 20:45 Zumba	
17:40 - 18:10 Faszientraining		17:00 - 17:45 Kampfsport 3 - 6 Jahre			17:30 - 18:15 Rücken-Fit		
18:15 - 19:15 BBP	18:00 - 19:00 Body-Workout	18:00 - 19:00 Kampfsport 7 - 10 Jahre	18:00 - 18:30 Bauch Intensiv*		18:25 – 19:10 BBP		
19:30 - 20:30 Strong by Zumba	19:00 - 20:00 Indoor-Cycling Mixed	18:30 – 19:30 Latin Dance	19:30 – 20:30 Kickboxen für Erwachsene	18:45 - 20:00 Hatha Yoga*	19:15 - 20:10 Indoor-Cycling Mixed		
20:45 – 21:30 Virtueller Kursplan	20:15 – 20:45 Virtueller Kursplan	19:45 – 20:45 Zumba	20:45 – 21:30 Virtueller Kursplan		19:15 - 20:10 Line Dance		

Jeden 1. Freitag im Monat:

09.15 - 10.00
Stretching

10.00 - 10.45
Tiefen-Entspannung *

*mitzubringen sind:
Nackenrolle, Kissen und Decke

HAPPY FIT

Ihr Fitness- und Gesundheitscenter
Benzstr. 3; 72829 Engstingen
Tel & Fax: 07129-7659
www.happyfit.com

* Kursraum 2

* Kampfsport ist nicht im Mitgliedspreis enthalten.
ACHTUNG: Jeder Kurs findet statt ab 3 Personen!

Andrea	Nicole	Tina/Trixie/Maxi/Daniel/Martin	virtuell	Rita	Shaggy
--------	--------	--------------------------------	----------	------	--------