

Kursplan: Aerobicraum 1

12.11.2018 - 18.11.2018

Relax Fitness Landau
 Albert-Einstein-Str. 6
 76829 Landau
 06341 9428450
 info@relaxfitness-landau.de



Montag 12.11.2018	Dienstag 13.11.2018	Mittwoch 14.11.2018	Donnerstag 15.11.2018	Freitag 16.11.2018	Samstag 17.11.2018	Sonntag 18.11.2018
<p>09:30 - 10:25 WSG/Faszien Viola</p> <p>18:00 - 18:55 Power Dumbell Christian</p> <p>19:00 - 20:00 WSG Christian</p>	<p>08:30 - 09:25 Balance & Burn Oli</p> <p>09:30 - 10:25 BBP Christian</p> <p>10:30 - 11:30 WSG Christian</p>	<p>10:00 - 10:55 Dynamic Pilates (NE... Massi</p> <p>18:30 - 19:25 WSG Melanie</p> <p>19:30 - 20:30 Bodystyling Melanie</p>	<p>10:00 - 10:45 BBP Florian</p> <p>11:00 - 11:55 Faszientraining Florian</p>	<p>09:15 - 10:30 Fitness Mix Gabi</p> <p>10:30 - 11:00 Bauch Intensiv Gabi</p> <p>16:30 - 17:25 Aerobic Massi</p> <p>17:30 - 18:25 Step Aerobic (M) Massi</p> <p>18:30 - 19:25 Muskeltraining Massi</p>	<p>09:30 - 10:25 BBP Nathalie</p> <p>10:30 - 11:00 Faszien & Stretchin... Nathalie</p>	<p>11:00 - 12:00 Rücken & Bauch (ung... Melanie</p> <p>11:00 - 11:55 BBP (gerade Woche)... Silvia / Tobi</p> <p>12:00 - 13:00 Body Workout (unger... Melanie</p> <p>12:00 - 13:00 Explosion trifft Da... Silvia/Tobi</p>

- Ausdauer
- Gesundheit
- Figur
- Körper & Entspan...
- Dance & Fun
- Kraft
- Kampfsport
- Rehasport

Stand: 13.11.2018