

Kursplan

14.01.2019 - 20.01.2019

Body Loft Gröna
Chemnitzer Straße 105
09224 Chemnitz OT Gröna
0371-30 68 05 77
info@bodyloft-gruena.de



Montag 14.01.2019	Dienstag 15.01.2019	Mittwoch 16.01.2019	Donnerstag 17.01.2019	Freitag 18.01.2019	Samstag 19.01.2019	Sonntag 20.01.2019
09:00 - 09:50 Reha-Sport	09:00 - 10:00 Pilates	10:00 - 11:00 Fit Mix	09:00 - 10:00 Bewegter Rücken	10:00 - 11:15 fitdankbaby™	09:30 - 11:30 Open Gym	10:00 - 11:00 Team -WOD
10:00 - 10:50 Reha-Sport	16:30 - 17:30 Feierabendkurs	10:00 - 10:50 Reha-Sport	10:00 - 11:00 Fit für Senioren	16:30 - 17:30 Functional Cycling	10:00 - 11:00 WOD	
11:00 - 11:50 Reha-Sport	17:00 - 17:50 Reha-Sport	11:00 - 11:50 Reha-Sport	17:00 - 18:00 Neue Rückenschule	19:00 - 20:15 Indoor Cycling (Kur...)	11:00 - 11:30 Functional Express	
18:00 - 19:00 Bewegter Rücken	18:00 - 18:50 Reha-Sport	17:00 - 18:00 Functional Cycling	18:00 - 19:00 Yoga			
19:00 - 19:30 Core&More	19:00 - 20:00 Functional Cycling Christian	18:15 - 19:15 Step-Aerobic	18:00 - 19:00 Faszien Fitness			
19:30 - 20:30 Indoor Cycling (Kur...)		19:30 - 20:30 Iron System™	19:00 - 20:00 Pilates			
20:00 - 20:30 Bungee-Sling-Traini...			19:30 - 20:30 Yoga			

- Ausdauer
- Entspannung
- Figur
- Fun & Dance
- Gesundheit
- Kids
- Kraft
- Moms
- Reha-Sport

Stand: 20.01.2019