

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
--------	----------	----------	------------	---------	---------	---------

**ONLINE-KURSE AB Mo. 14.12.2020**

					10:30-11:30 Rückenkurs mit SANDRA	
--	--	--	--	--	--	--

**Für alle unsere Mitglieder gratis!**

18:15-19:15 Mixed Motion mit SANDRA	18:15-19:15 PILATES MIX mit SANDRA	18:15-19:15 body-shape mit CHIARA	18:15-19:15 body fit mit SANDRA	18:15-19:15 BBP mit IRINA	15:00-16:00 BOXING-POWER mit YARA	
19:30-20:30 latin-dance mit VANESSA	19:30-20:30 Cardio-Dance mit CHIARA	19:30-20:30 HIIT mit CHIARA	19:30-20:30 QI GONG mit NICOLE	19:30-20:30 YOGA mit IRINA		17:00-18:00 fit at home mit ZARA