

Kursplan

12.11.2018 - 18.11.2018

Body Concept Salzgitter
 Lange Wanne 5
 38259 Salzgitter
 05341 390986
 info@body-concept-sz.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
09:15 - 10:15 Step & Tone Birgit	10:00 - 10:45 Reha-Sport 1 Andrea	09:15 - 10:15 Rücken Fit Birgit	17:00 - 18:00 Thairobic Jörg	09:30 - 10:15 TRX + Faszien Jörg	13:00 - 14:30 Fitnessboxen Michael	10:00 - 11:00 Zumba Desiderius
15:45 - 16:30 Reha-Sport Andrea	10:45 - 11:30 Reha-Sport 2 Andrea	17:00 - 18:00 Indoor Cycling Jörg	18:00 - 19:00 Hot Iron Camilla	17:30 - 18:30 Indoor Cycling Ingo		11:00 - 12:00 Piloxing Saskia
17:00 - 18:00 Fit und Vital Therese	17:00 - 18:00 Drilling Jörg	18:00 - 19:00 Wirbelsäule Rücken ... Birgit	19:00 - 20:00 Step & Tone Birgit	18:30 - 19:30 Mix Fit & Fun Saskia		
17:00 - 18:00 Thairobic Jörg	17:00 - 17:30 TRX Kalle		19:30 - 20:30 Jumping Saskia			
18:00 - 19:00 Zirkel Workout Kalle	18:00 - 19:00 Pilates Camilla					
18:30 - 20:00 Fitnessboxen Michael	19:00 - 20:00 Hot Iron Camilla					
19:00 - 20:00 Zumba Desiderius	19:00 - 20:00 Zumba Saskia					

- Ausdauer
- Gesundheit
- Dance & Fun
- Figur
- Kraft
- Präventionskurs
- Challenger Worko...

Stand: 18.11.2018