

# Kursplan

24.02.2020 - 01.03.2020

Body Concept Salzgitter  
 Lange Wanne 5  
 38259 Salzgitter  
 05341 390986  
 info@body-concept-sz.de



Montag 24.02.2020	Dienstag 25.02.2020	Mittwoch 26.02.2020	Donnerstag 27.02.2020	Freitag 28.02.2020	Samstag 29.02.2020	Sonntag 01.03.2020
09:15 - 10:15 Step & Tone Birgit	10:00 - 10:45 Reha-Sport 1 Birgit	09:15 - 10:15 Rücken Fit Birgit	17:00 - 18:00 Thairobic Jörg	18:00 - 19:00 Indoor Cycling Ingo/Steffen	13:00 - 14:30 Fitnessboxen Michael	10:00 - 11:00 Zumba Desiderius
16:00 - 16:45 Reha-Sport Birgit	11:00 - 11:45 Reha-Sport 2 Birgit	17:00 - 18:00 Indoor Cycling Jörg	18:00 - 19:00 Hot Iron Camilla			11:00 - 12:00 Piloxing Saskia
17:00 - 18:00 Fit und Vital Therese	16:30 - 17:00 TRX Maurice	17:00 - 17:45 Reha-Sport Birgit	19:00 - 20:00 Step & Tone Birgit			
17:00 - 18:00 Thairobic Jörg	17:00 - 18:00 Drilling Jörg	18:00 - 19:00 Wirbelsäule Rücken ... Birgit	19:30 - 20:30 Jumping Saskia			
18:00 - 18:45 Zirkel Workout Maurice	18:00 - 19:00 Pilates Camilla	19:00 - 19:45 H. I. I. T. Nadine				
18:30 - 20:00 Fitnessboxen Michael	18:30 - 19:30 STRONG by Zumba® Saskia					
19:00 - 20:00 Zumba Desiderius	19:00 - 20:00 Hot Iron Camilla					
	19:40 - 20:40 Zumba Saskia					

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

Stand: 28.02.2020