

Kursplan

19.11.2018 - 25.11.2018

Vitalis
Altstadt 34
74613 Öhringen
07941 92600
info@vitalis-studio.com



Montag 19.11.2018	Dienstag 20.11.2018	Mittwoch 21.11.2018	Donnerstag 22.11.2018	Freitag 23.11.2018	Samstag 24.11.2018	Sonntag 25.11.2018
09:00 - 09:30 Zumba Einsteiger	09:00 - 09:15 Flächenkurs	09:15 - 10:00 Power Chi	10:00 - 10:15 Flächenkurs	09:30 - 10:25 Wirbelsäulengymnast...		
09:30 - 09:55 Zumba	17:00 - 18:15 Männerfitness *	10:05 - 11:00 Muskeln in Balance ...	18:45 - 19:00 Flächenkurs	17:05 - 17:55 Muskeln in Balance		
09:30 - 09:45 Fußgenuss	17:45 - 18:00 Fußgenuss	10:05 - 10:20 Bauchkiller		17:45 - 18:00 Flächenkurs		
10:00 - 10:30 Figurgymnastik	18:00 - 18:15 Bauchkiller	18:00 - 18:30 Functional *		18:00 - 18:15 Thai-Bo Tech.		
10:35 - 11:00 Step-Aerobic	18:20 - 18:50 Figurgymnastik	18:35 - 19:30 Zumba		18:15 - 18:45 Thai-Bo		
17:30 - 17:45 Zumba / Step-Aerobi...	18:55 - 19:25 Wirbelsäulengymnast...	18:45 - 19:00 Bauchkiller		18:50 - 19:20 Figurgymnastik		
17:45 - 18:00 Bauchkiller	19:45 - 20:00 Flächenkurs	19:35 - 20:10 M.A.X.		19:20 - 19:35 Dehnung & Entspannu...		
17:45 - 18:25 Zumba / Step-Aerobi...		19:45 - 20:00 Flächenkurs				
18:30 - 18:55 Muskelaufbau Langha...						
19:00 - 19:35 M.A.X.						
19:40 - 20:35 Muskeln in Balance						

- Figurstraffung/G...
- Herz-Kreislauf-T...
- Rücken & Gesundh...
- ✱ Kurse mit diesem...
- Körper & Entspan...

Stand: 19.11.2018

Kursplan

19.11.2018 - 25.11.2018

Vitalis
Altstadt 34
74613 Öhringen
07941 92600
info@vitalis-studio.com

Montag 19.11.2018	Dienstag 20.11.2018	Mittwoch 21.11.2018	Donnerstag 22.11.2018	Freitag 23.11.2018	Samstag 24.11.2018	Sonntag 25.11.2018
<div data-bbox="107 373 371 453" style="background-color: red; color: white; padding: 5px; border-radius: 10px;">19:45 - 20:00 Bauchkiller</div>						

- Figurstraffung/G...
- Herz-Kreislauf-T...
- ✱ Kurse mit diesem...
- Körper & Entspan...
- Rücken & Gesundh...

Stand: 19.11.2018