

Kursplan

02.12.2019 - 08.12.2019

NewLife
 Stuttgarter Straße 133
 73061 Ebersbach
 07163 - 53660
 service@newlife-training.de



Montag 02.12.2019	Dienstag 03.12.2019	Mittwoch 04.12.2019	Donnerstag 05.12.2019	Freitag 06.12.2019	Samstag 07.12.2019	Sonntag 08.12.2019
09:45 - 10:30 Body & Mind	09:00 - 09:45 Rehafit	09:30 - 10:15 Rückenfit	09:50 - 10:35 Rehafit	09:30 - 10:15 Rückenfit		
10:35 - 11:20 Rückenfit	09:45 - 10:30 Rehafit	17:15 - 18:00 Rehafit	10:35 - 11:20 Rehafit	10:20 - 11:05 five		
11:20 - 12:05 five	17:15 - 18:00 Rehafit	18:00 - 18:45 Rückenfit	17:15 - 18:00 Rehafit			
17:15 - 18:00 Rehafit	18:45 - 19:30 five	18:50 - 19:10 BMW-Bauch muss weg	18:05 - 18:50 Zumba			
18:00 - 18:20 BMW-Bauch muss weg	19:30 - 20:15 Rehafit	19:15 - 20:00 Bodyfit	18:50 - 19:35 Yoga meets Pilates			
18:20 - 19:05 Bodyfit			19:35 - 20:20 Qi Gong			
19:05 - 19:35 Shape						
19:35 - 20:35 Indoor-Cycling (Anm...						

- Abnehmen/Figur
- Ausdauer
- BGM
- Beweglichkeit/Fa...
- Gesundheit
- Kraft
- Rehasport

Stand: 07.12.2019