

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

Reef Paloo Fitnessgarden
 Grünhainerstr. 14
 08340 Schwarzenberg
 03774 72234
 reefpaloo@web.de



Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
16:30 - 17:15 Reha-Sport	09:15 - 10:15 Kundalini Yoga	09:30 - 10:15 Reha-Sport	14:30 - 15:00 fle-xx Zirkel	16:30 - 17:30 Langhantel Workout		
17:15 - 18:00 Reha-Sport	10:00 - 10:45 Reha-Sport	16:00 - 17:00 Zumba for Kids	17:00 - 17:45 Reha-Sport	17:45 - 18:45 Bauch - Beine - Po		
18:10 - 19:00 Bodyshape	11:00 - 11:45 Reha-Sport	17:00 - 18:00 Zumba	18:10 - 19:10 Zumba	18:45 - 19:45 Fatburner Dance		
19:00 - 19:30 Faszien/Mobility	15:30 - 16:00 fle-xx Zirkel	17:00 - 18:25 Kundalini Yoga	18:30 - 19:15 Schlingentraining ...			
19:30 - 20:15 Body-YOGA	17:00 - 17:45 Reha-Sport	18:10 - 19:10 Zumba	19:25 - 20:25 Spinning			
	18:00 - 19:00 Langhantel Workout	18:30 - 19:15 Pilates				
	18:15 - 19:00 Schlingentraining ...	19:30 - 20:30 Aktiv und gesund				
	19:10 - 20:10 Bauch - Beine - Po					
	19:15 - 20:15 Spinning					

- Ausdauer
- Gesundheit
- Dance & Fun
- Kraft
- Entspannung
- Figur

Stand: 20.10.2017

Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

Reef Paloo Fitnessgarden



Grünhainerstr. 14
08340 Schwarzenberg





03774 72234

reefpaloo@web.de

Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
	20:10 - 21:10 Bewegungstraining					

 Ausdauer
 Gesundheit

 Dance & Fun
 Kraft

 Entspannung

 Figur

Stand: 20.10.2017