

Kursplan: Aerobicraum

22.11.2021 - 28.11.2021

Sportpark Nord-West
Am Schallerseck 33-35
90765 Fürth
0911 9364690
info@sportpark-online.de



Montag 22.11.2021	Dienstag 23.11.2021	Mittwoch 24.11.2021	Donnerstag 25.11.2021	Freitag 26.11.2021	Samstag 27.11.2021	Sonntag 28.11.2021
09:00 - 09:45 Gesunder Rücken	09:00 - 10:00 Pilates	09:00 - 10:00 Gesunder Rücken	09:00 - 10:00 Bauch/ Beine/ Po	09:00 - 10:00 Cycle	10:00 - 10:45 Zirkeltraining	10:00 - 11:00 Cycle
09:30 - 10:00 Zirkeltraining	10:00 - 11:00 Cycle	09:30 - 10:00 Zirkeltraining	18:00 - 19:00 Yoga	09:30 - 10:00 Zirkeltraining		10:00 - 10:45 Zirkeltraining
18:00 - 19:00 Cycle	18:00 - 19:00 Jumping Fitness	10:00 - 11:00 Bodystyling	19:00 - 20:00 Pilates	18:00 - 19:00 Cycle		17:00 - 18:00 Gesunder Rücken
18:00 - 18:30 Zirkeltraining	19:00 - 20:00 Zumba	18:00 - 19:00 Aerial-Yoga		19:00 - 20:00 Hot Muscle		
19:30 - 20:30 Gesunder Rücken		19:00 - 20:00 Hot Muscle				

- Cycling
- Fettverbrennung
- Flächen Kurse
- Kräftigung & Str...
- Outdoor- Trainin...
- Rehasport
- Rücken & Entspan...

Stand: 28.11.2021