

Kursplan

Gym 37 Coppenbrügge

Die Kurse finden nur ab einer Teilnehmerzahl von min. 4 Personen statt. Eine Anmeldung ist erforderlich!

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
09:30 Uhr REHA//WSG	09:30 Uhr REHA//WSG	10:10 Uhr LES MILLS BODYPUMP 30'	09:30 Uhr REHA//WSG	09:30 Uhr REHA//WSG		10:15 Uhr LES MILLS BODYPUMP 45'
10:30 Uhr REHA//WSG	10:30 Uhr SITZ- UND HOCKERGYMNASTIK			10:30 Uhr REHA//WSG		
18:00 Uhr LES MILLS CORE		18:00 Uhr LES MILLS sprint	17:00 Uhr REHA//WSG	17:30 Uhr LES MILLS CORE	13:00 Uhr LES MILLS Shapes	
18:40 Uhr LES MILLS BODYPUMP 30'	16:30 Uhr REHA//WSG	18:00 Uhr SHAPE	18:00 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT 45'	18:10 Uhr LES MILLS sprint	14:00 Uhr YOGA	
18:40 Uhr LES MILLS sprint	18:10 Uhr LES MILLS BODYATTACK 45'	18:40 Uhr LES MILLS GRIT SERIES	19:00 Uhr LES MILLS BODYPUMP			
19:20 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT 45'	18:20 Uhr LES MILLS CORE	18:45 Uhr LES MILLS BODYBALANCE	19:00 Uhr GYM Cycle			
19:20 Uhr LES MILLS GRIT SERIES	19:00 Uhr LES MILLS BODYPUMP 45'					