

Kursplan.

Montag

8:30 Body Fit

9:30 Fit Forever

16:15 Rücken & Bauch

17:00 Body Fit

18:00 Upside Down

19:00 Fatburner

20:00 In Balance

Dienstag

9:30 Rücken & Schulter

10:15 Beckenboden X-Press

10:30 Ballett für alle!

17:00 Fight Club

18:00 In Balance

19:00 Body Fit

19:45 Bauch X-Press

Mittwoch

8:30 Rücken & Schulter

9:30 Fit Forever

10:15 Fußgymnastik X-Press

16:15 Pilates

17:00 Fatburner

18:00 Hatha Yoga

19:00 Body Fit

Donnerstag

9:30 Body Fit

10:30 In Balance

17:00 Body Fit

17:45 Bauch X-Press

18:00 Zumba

Freitag

8:30 Fatburner

9:30 BBP

10:30 Rücken & Schulter

11:15 Bauch X-Press

Samstag

9:00 BBP

9:45 Fußgymnastik X-Press

10:00 Mobility

11:00 Fight Club

Sonntag

11:00 Vinyasa Yoga

**Reserviere Dir Deinen Platz im Kurs
ganz einfach unter www.amicamea.de!**

 = Zirkeltraining

 = Mama & Me

