

Kursplan Stuttgart

Gültig ab 01. März 2010

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag			Sonntag		
Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning	Gym 1	Gym 2	Spinning
9.30-10.15 Rückenfit A Keteon					6.30-7.30 Wake up A Jörg	9.30-10.30 Bodystyling A Natascha					6.30-7.30 Wake up A Peter	9.30-10.30 Bodystyling A Anna								
10.15-11.00 FitMix A Keteon			9.30-10.35 Bodypump™ A Björn			10.30-11.15 Stretching E Natascha			9.30-10.30 Pilates A Ida				10.30-11.30 Spinning E Anna			10.45 - 12.00 Spinning M Natascha	10.30-11.30 Bodystyling A Sofia			
					10.45-11.45 Spinning E Björn										14.45 - 15.45 Power Hour A Christiane					
	17.15-18.00 Pilates A Petra		17.00 - 18.30 TKK Kurs (mit Anmeldung)	18.00-18.45 Pilates A Paulo					18.00-18.30 Tae Bo® Technik Susanne						15.45 - 16.30 RückenFit A Christiane			15.15-16.00 BBP A Kerstin		
18.00-19.00 Step F Sascha	18.00-19.00 RückenFit A Petra	18.00 - 18.45 Spinning E Conny	18.30-19.35 Bodypump™ A Harald	18.45-19.30 Salsa Aerobic A Paulo	18.45-19.30 Spinning E Christiane	18.00 - 19.00 BBP A Christiane	18.00-18.45 Capoeira* A Paulo		18.30-19.30 Tae Bo® A Susanne	18.30 - 19.30 Bodystyling A Sofia			17.15-18.00 BBP A Merlin		16.30-17.30 Step M Kerstin			16.00-17.00 Step A Kerstin		
19.00-19.20 BauchMussWeg (auf der Trainingsfläche)			19.00-19.20 BauchMussWeg (auf der Trainingsfläche)			19.00 - 20.00 Power Hour A Christiane	19.00 - 20.00 Pilates A Karina	18.45 - 19.45 Spinning A Daniela	19.00-19.20 BauchMussWeg (auf der Trainingsfläche)			18.00-19.05 Bodypump™ A Susanne	18.00-19.00 Step M Merlin		17.40-18.45 Bodypump™ A Kerstin			17.10-18.15 Bodypump™ A Lars		
19.05-20.10 Bodypump™ A Andreas	19.00-20.00 Step E Sascha	19.05 - 20.05 Spinning M Conny	19.45-20.45 Tae Bo® A Silvia	19.45-20.45 Step E Harald	19.45-20.45 Spinning M Christiane	20.00-21.05 Bodypump™ A Daniela	20.00-20.45 Bodystyling A Karina		19.30 - 21.00 TKK Kurs (mit Anmeldung)	20.00-21.30 Power Yoga A Gunther	19.30-20.30 Spinning M Jörg	19.05-20.30 Latin Dance A Paulo		19.15-20.15 Spinning A Susanne					18.00-18.30 Rowing - Technik Jeden 1. Sonntag im Monat	
20.15 - 21.00 FlexiBar Wellness A Sascha	20.00-21.00 Bodystyling A Natascha																		18.30-19.30 Rowing A Rolf	18.30-19.30 Spinning A s. Aushang
21.00-22.00 Yoga A Veronika																				

A	Alle	M	Mittelstufe
E	Einsteiger	F	Fortgeschrittene

Teilnahme bitte mit sauberen Sportschuhen sowie Handtuch als Unterlage!

Reservierungshotline (0711) 817 99 09
Für Spinning-Kurse bitte am Trainingstag telefonisch voranmelden!



Kurse mit Kinderbetreuung