

Kursplan Schlehdornweg "Indoor"

tagesaktuell getestet, vollständig geimpft oder genesen



Anmeldungen sind unter clubaktiv-online.de/kursbuchung/ möglich

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 9:45 Uhr Reha-Sport Barbara S2				09:45 - 11:00 Uhr PowerFit Livia S2		
9:30 - 10:30 Uhr Beckenboden Verena S1		9:15 - 10:15 Uhr Langhantel-Training Christina S2		11:15 - 12:15 Uhr Fit ab 50 Livia S2		
10:00 - 10:45 Reha-Sport Barbara S2	10:15 - 11:15 Uhr WORLD-Jumping Enni S2	09:30 - 10:30 Uhr Reha-Sport Hanna S1	9:00 - 9:45 Uhr Reha-Sport Enni S2			
10:45 - 11:45 Uhr Fit in den Tag Verena S1		10:30 - 11:30 Uhr Indoor-Cycling Johanna/Josie S2	10:00 - 10:45 Uhr Reha-Sport Enni S2	10:00 - 10:50 Uhr Reha-Sport Hanna S1	10:30 - 11:30 Uhr Reha-Lunge Enni/Hanna S1	10:15 - 11:30 Uhr Indoor Cycling Peter S2
11:00 - 11:45 Uhr Reha-Wirbelsäule Barbara S2	11:00 - 12:00 Uhr Fit ab 50 Frank S1	11:00 - 12:00 Uhr Rückentraining Frank S1	11:00 - 11:45 Uhr Reha-Sport Enni S2	11:00 - 11:50 Uhr Reha-Sport Hanna S1	11:45 - 12:45 Uhr Reha-Lunge Enni/Hanna S1	
12:00 - 12:45 Uhr Reha-Gelenkersatz Barbara S2	11:30 - 12:30 Uhr Reha-Sport Enni S2			16:30 - 17:30 Uhr TaeKwonDo Thorsten S1		11:40 - 13:10 Uhr PowerFit Livia S2
	13:00 - 13:45 Uhr Reha-Sport Enni S2		16:45 - 17:45 Uhr Reha-Sport Henry S2	17:00 - 18:30 Uhr Yogalates Georgia S2		
17:30 - 18:25 Uhr Rückentraining Andrea S1						
18:30 - 19:25 Uhr Rückentraining Andrea S1	18.15 - 19.15 Uhr Langhantel Training Ramona ab 12.10. S2	18:00 - 19:00 Uhr Bauch Beine Rücken Po Biggi S1				
19:00 - 19:45 Uhr TRX- Training TBN K2		18:30 - 19:30 Uhr Step Cathrin S2		18:00 - 19:00 Uhr Rücken-Mix Nina S1		
19:30 - 20:30 Uhr Fitness-Mix TBN S2	19:30 - 20:30 Uhr Indoor-Cycling Biggi S2	19:15 - 20:15 Uhr Taekwondo Dennis S1	18:00 - 18:45 Uhr Rückentraining Henry S2	19:00 - 20:15 Uhr Indoor Cycling Peter S2		