

# Kursplan

## Hofheim-Wallau


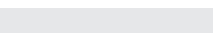


MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>Bodytoning R1</b> 09:15 - 10:15 Uhr		<b>BBP R1</b> 09:15 - 10:15 Uhr	<b>FunctionalTraining TF</b> 9:15 - 10:00 Uhr	<b>Cycling GA1* R2</b> 08:15 - 09:15 Uhr		
<b>FunctionalTraining TF</b> 10:15 - 11:00 Uhr	<b>FunctionalTraining TF</b> 10:00 - 10:45 Uhr	<b>Rückenfit R1</b> 10:15 - 11:15 Uhr	<b>Yoga R1</b> 10:00 - 11:15 Uhr	<b>Rückenfit R1</b> 09:15 - 10:15 Uhr		
<b>Rückenfit R1</b> 10:15 - 11:15 Uhr				<b>Rückenfit R1</b> 10:15 - 11:15 Uhr	<b>YogaFlow R1</b> 10:00 - 11:00 Uhr	
				<b>FunctionalTraining TF</b> 10:30 - 11:15 Uhr	<b>Beach-Treff** IB</b> 11:00- 13:00 Uhr	
					<b>Beach-Treff** IB</b> 15:00- 17:00 Uhr	
<b>Zumba R1</b> 17:00- 18:00 Uhr			<b>Cycling GA2* R2</b> 18:00 - 19:30 Uhr			
<b>Beach-Treff** IB</b> 18:00- 20:00 Uhr	<b>Yoga für Anfänger R1</b> 18:00 - 19:15 Uhr		<b>Beach-Treff** IB</b> 18:00- 20:00 Uhr			
<b>Bauch intensiv R1</b> 18:30 - 19:00 Uhr	<b>Core Training TF</b> 18:30 - 19:15 Uhr	<b>Cycling GA2* R2</b> 18:30 - 19:30 Uhr	<b>Zumba R1</b> 18:15 - 19:15 Uhr	<b>Jumping Fitness R1</b> 18:30 - 19:30 Uhr		
<b>Rückenfit R1</b> 19:00 - 20:00 Uhr	<b>Yoga R1</b> 19:30 - 20:45 Uhr	<b>FunctionalTraining TF</b> 19:30 - 20:15 Uhr	<b>BodyForming TF</b> 19:30 - 20:15 Uhr			
<b>Core Training TF</b> 19:00 - 19:45 Uhr						
<b>Cycling GA1* R2</b> 20:00- 21:00 Uhr						

R1: Raum 1  
R2: Raum 2

TF: Trainingsfläche  
IB: Indoor Beach

\* Voranmeldung  
\*\* 8 € Mitglieder / 16 € Externe  
Kurs beginnt ab 8 Teilnehmer

 Kursräume  
 Trainingsfläche