BLEICHEFIT

Lektionenplan Bleiche Juli 2024

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag
Bleiche Fit	**Bleiche Bad**	**Bleiche Fit**	**Bleiche Bad**	**Bleiche Fit**	**Bleiche Bad**	**Bleiche Fit**	**Bleiche Bad**	**Bleiche Fit**	**Bleiche Fit**
09.00-09.50 Uhr **Functional Toning** Nadja		09.00-09.50 Uhr **Zumba** Kary		09.00-9.30 Uhr **Faszientraining** Rahel		08.50-09.50 Uhr **Bodytoning** Moni	09.00-10.00 Uhr **Yoga Atmen & Meditation** Nina	09.00-10.00 Uhr **Pump** Maria	09.00-09.50 Uhr **Pilates Flow** Maria
10.00-10.50 Uhr **Pilates Flow** Maria		10.00-10.20 Uhr **Rumpfmuskulatur Training** Maria	09.30-10.45 Uhr **Rückbildungs-kurs** Nina	09.40-10.30 Uhr **Rücken Fit** Rahel		10.00-10.50 Uhr **Zumba** Kary			
18.45-19.45 Uhr **Pump it HIIT & Core** Team	18.30-19.30 Uhr **Yoga** Sabrina Pause 19.45-20.45 Uhr **Yoga** Sabrina			19.00-20.00 Uhr **Pump** Roxy		19.00-20.00 Uhr **Piloxing** Maria		19.00-20.00 Uhr **Zumba** Kary	

Zum LEKTIONEN BUCHEN: Lade die SportsNow App im App Store und melde dich bei SportsNow mit deinem Login an.