

KURSPLAN SPORTWELT STRAUSBERG AB Februar 2024

Montag	
10:00 - 10:45 Uhr	Reha
11:00 - 11:45 Uhr	Reha
18:00 - 18:45 Uhr	HIIT the Beat
Dienstag	
10:00 - 10:45 Uhr	Morning Mix
11:00 - 11:45 Uhr	Kanga – Mutter / Kindkurs
16:00 – 17:00 Uhr	Rückenfit
18:30 - 19:30 Uhr	Hot Bar
19:30 - 20:30 Uhr	Yoga/Pilates
Mittwoch	
09:00 - 09:45 Uhr	Reha
10:00 - 10:45 Uhr	Reha
18:00 – 18:45 Uhr	HIIT the Beat
19:00 – 19:45 Uhr	Zumba
Donnerstag	
10:00 - 11:00 Uhr	Yoga
17:30 - 18:30 Uhr	Cycling
18:30 - 19:30 Uhr	Hot Bar
19:30 - 20:30 Uhr	Yoga/Pilates
Freitag	
09:00 - 09:45 Uhr	Morning Mix
10:00 - 10:45 Uhr	Zumba Gold