

Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018

Make Fit Company
 Darmstädter Straße 1
 64354 Reinheim
 06162 6111
 make.fit-klaus@t-online.de



Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
<p>10:00 - 11:00 Rückenfitness/Yoga</p>	<p>18:00 - 18:30 Ballance</p>	<p>10:00 - 10:45 Maxx-F</p>	<p>18:30 - 19:30 Hot Iron</p>	<p>10:00 - 11:00 Body Workout</p>	<p>12:00 - 13:00 Maxx-F</p>	<p>10:00 - 11:00 Hot Iron</p>
<p>11:00 - 11:30 Mixed Workout</p>	<p>18:30 - 19:30 Fatburner-Step</p>	<p>10:45 - 11:15 Ballance</p>	<p>19:30 - 20:00 Ballance</p>	<p>11:00 - 11:30 Ballance</p>	<p>13:00 - 13:45 Drums Alive®</p>	<p>11:00 - 12:00 Spinning</p>
<p>19:00 - 20:00 Hot Iron</p>	<p>19:30 - 20:30 Yoga</p>	<p>18:00 - 18:30 Ballance</p>		<p>18:00 - 19:00 Wirbelsäulengymnast...</p>	<p>13:45 - 14:30 Zumba® fitness</p>	
<p>20:00 - 21:00 Basic Step</p>		<p>18:30 - 19:30 Wirbelsäulengymnast...</p>		<p>19:00 - 20:00 Spinning</p>		
		<p>19:30 - 20:30 Zumba® fitness</p>				

 Ausdauer
  Gesundheit
  Kraft

Stand: 15.12.2018