

Präventions- und Fitness-Zentrum der SOLEWELT

Mitglieder-Kursplan für KW 15

Für die Anmeldung zu unseren Kursen und aktuellen Informationen rund um die Kurse, bitte unsere Studio-App nutzen!
Du hast Fragen? Komm einfach auf uns zu.



Montag, 08. April	Dienstag, 09. April	Mittwoch, 10. April	Donnerstag, 11. April	Freitag, 12. April	Samstag, 13. April
	09:15 – 10:00 Uhr Aqua-Fitness		09:15 – 10:00 Uhr Aqua-Fitness	09:00 – 09:45 Uhr Rücken-Fit	09:00 – 09:45 Uhr Aqua-Fitness
	10:15 – 11:00 Uhr Aqua-Fitness		10:15 – 11:00 Uhr Aqua-Fitness		
		11:00 – 11:30 Uhr Kursmix			
			11:30 – 12:30 Uhr Piloga		
				17:00 – 17:55 Uhr Rücken-Fit	
18:00 – 18:55 Uhr Rückenfit	18:00 – 18:50 Uhr Pilates	18:00 – 18:45 Uhr Aqua-Fitness	17:00 – 17:50 Uhr Flow Yoga	18:00 – 19:00 Uhr Yoga	
19:00 – 20:00 Uhr Zumba	19:00 – 19:50 Uhr Yin-Yoga	18:00 – 18:55 Uhr Bauch-Beine-Po	18:00 – 18:50 Uhr Aerobic		
20:00 – 21:15 Uhr Pump Basic		19:00 – 20:15 Uhr Pump Basic	19:00 – 19:50 Uhr Pilates für den Rücken		

Stand: 19.03.2024