

Präventions- und Fitness-Zentrum der SOLEWELT

Mitglieder-Kursplan für KW 12

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, 18. März	Dienstag, 19. März	Mittwoch, 20. März	Donnerstag, 21. März	Freitag, 22. März	Samstag, 23. März
	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 – 18:00 Uhr Flow Yoga	17:00 – 17:50 Uhr Tabata	
18:00 – 18:55 Uhr Rückenfit	18:00 – 18:50 Uhr Pilates	18:00 – 18:45 Uhr Aqua-Fitness	18:00 – 19:00 Uhr Step	18:00 – 19:00 Uhr Yoga	
19:00 – 19:50 Uhr Zumba	19:00 – 19:50 Uhr Yin-Yoga	18:00 – 18:45 Uhr Tabata	19:00 – 19:50 Uhr Pilates für den Rücken		
20:00 – 21:15 Uhr Pump Basic					

Stand: 15.03.2024