

Präventions- und Fitness-Zentrum der SOLEWELT

Mitglieder-Kursplan für KW 18

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, 29. April | Dienstag, 30. April | Mittwoch, 1. Mai | Donnerstag, 2. Mai | Freitag, 3. Mai | POWER-Samstag, 4. Mai |
|---------------------------------|--|---|---|---------------------------------|---|
| | 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 | | 09:00 – 09:50 Uhr Fance |
| | 10:00 – 11:00 Uhr Rückenschule (Restplätze) | | | | 10:00 – 10:50 Uhr Dance-Yoga im Doppelpack |
| | | | 11:30 – 12:30 Uhr Piloga | | 11:00 – 11:50 Uhr Style your Body |
| | |  | | | 12:00 – 12:30 Uhr Stretch and Relax |
| 18:00 – 18:55 Uhr Rückenfit | 18:00 – 18:50 Uhr Pilates | | 17:00 – 17:50 Uhr Flow Yoga | | |
| 19:00 – 20:00 Uhr Zumba | 19:00 – 19:50 Uhr Yin-Yoga | | 18:00 – 18:50 Uhr Body Styling | 18:00 – 19:00 Uhr Yoga | |
| 20:00 – 21:15 Uhr Dumm Basic | | | 19:00 – 19:50 Uhr Pilates für den Rücken | | Stand: 25.04.2024 |

