



FitFamLüdenscheid - Kursplan



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
					10:00-11:00 Langhantel	10:00-11:00 Pilates
					11:15-12:15 STRONG® by Zumba	11:15-12:15 BOP
					12:15-13:15 TABATA	12:15-13:15 Zumba® Fitness
ACHTUNG!!!! TaeBo® jeden ersten Montag im Monat 19:00-21:00 Uhr						
17:00-18:00 GoldFit		17:00-18:00 Pilates				
18:00-19:00 KAPOW®	18:00-19:00 Core	18:00-19:00 BOP	18:00-19:00 STRONG® by Zumba			
19:00-20:00 Drums Alive®	19:00-20:00 Langhantel	19:00-20:00 Zumba® Fitness	19:00-20:00 Langhantel			
	20:00-21:00 TABATA					

Gültig ab: 11.01.2020

