

## ONLINE- KURSPLAN 19.04.2021 – 25.04.2021

<b>Montag, 19.04.2021</b>	<b>Kurs</b>
10:00 bis 10:45 Melli	Fit mit Baby
13.00 bis 13.45 Jacki	Wirbelsäulengymnastik
15.00 bis 15.45 Sabine	TaiChi
16.00 bis 16.45 Nadine	Dance Workout
17.00 bis 17.45 Sabine	Pilates
18.00 bis 18.45 Sabine	FitMix
18.30 bis 20.00 Friederike	Yoga

<b>Dienstag, 20.04.2021</b>	<b>Kurs</b>
10.00 bis 10.45 Karin	Wirbelsäulengymnastik
12:00 bis 12.45 Karin	FunctionalFitness
15.00 bis 15.45 Jacki	Wirbelsäulengymnastik
17.00 bis 17.45 Sabine	RückenSpezial
19:00 bis 19:45 Sabine	Entspannung

<b>Mittwoch, 21.04.2021</b>	<b>Kurs</b>
10:00 bis 10:45 Sabine	Wirbelsäulengymnastik
10:00 bis 10:45 Melli	Fit mit Baby
11.00 bis 11.45 Sabine	Yoga
13:00 bis 13:45 Sabine	Pilates
17:00 bis 17.45 Karin	Wirbelsäulengymnastik
19:00 bis 19:45 Karin	FitMix

<b>Donnerstag, 22.04.2021</b>	<b>Kurs</b>
09:00 bis 09:45 Karin	Wirbelsäulengymnastik
12:00 bis 12:45 Karin	Bodyweight
13.00 BIS 13.45 Sabine	Yoga
14:00 bis 14:45 Sabine	Wirbelsäulengymnastik
16:00 bis 16:45 Sabine	Entspannung

<b>Freitag, 23.04.2021</b>	<b>Kurs</b>
11:00 bis 11:45 Karin	Wirbelsäulengymnastik
12:00 bis 12:45 Karin	Fatburner
13:00 bis 13:45 Karin	RückenSpezial
14:00 bis 14:45 Benni	HIIT