

Kursplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
10:00				Fit am Morgen		
11:30						Latino Dance und Workout
17:00					Zumba-Step	
17:30	Selbstverteidigung					
18:00			Body Workout		Rücken-Fit	
18:30				Karate		
19:00	Bodyforming	Rücken-Fit	Aerobic/Step		Zumba	
20:00	Stretching / Bauch / Rücken 30 Min.					