



Group Training Sportferien Plan vom 20.02. – 04.03.2012



	Montag 20.02.		Dienstag 21.02.		Mittwoch 22.02.		Donnerstag 23.02.		Freitag 24.02.	
Raum Zeit	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO
	Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 08.30 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00	
08.30			08.45 Yoga				Over 50			
09.30		09.15 Zumba	Bodytone	09.15 Cycling		09.15 FKP		09.15 AROHA		09.15 MC
12.15			von 13.00 – 17.00 Uhr geschlossen							
18.00	Body Tone		ZUMBA		18.30 FITBOXE				Fatburner	
19.00		Cycling 75min.	AROHA	Box-Training 90 min. A			PUMP	Kickboxen 90 min. A		18.30Box- Training 90 min.
20.00			PUMP				Yoga Stretch 30 min.			

	Montag 27.02.		Dienstag 28.02.		Mittwoch 29.02.		Donnerstag 01.03.		Freitag 02.03.	
Raum Zeit	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO	Group Training	DOJO
	Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 08.30 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00		Kinderhort 09.15 – 11.00	
08.30			08.45 Yoga				Over 50			
09.30	Step		Bodytone	09.15 Cycling	PUMP		Pilates	09.15 AROHA	Step & Tone	09.15 MC
12.15	Bodytone			Cycling						
18.00	Body Tone			Cycling	18.15 PUMP				Fatburner	
19.00	FILA Kick Power	Cycling 75min.	AROHA		19.15 Pilates	19.30 Cycling	PUMP	Kickboxen 90 min. A		
20.00			PUMP				Yoga Stretch 30 min.			

QUALITÄT DIE
BEGEISTERT!