

KANTO FIT

Kursplan gültig ab: 01.08.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			Wassergymnastik NEU! 08.15 – 09.00 Uhr Max. 20 Personen	Wassergymnastik 08.15 – 09.00 Uhr Max. 20 Personen
			Wassergymnastik 09.15 – 10.00 Uhr Max. 20 Personen	Aquajogging Fitness 09.15 – 10.00 Uhr Max. 20 Personen
			Rückenschule 10.30 – 11.15 Uhr	
				Wassergymnastik NEU! 14.15 – 15.00 Uhr Max. 20 Personen
Rückenschule 16.00 – 16.45 Uhr				Step Aerobic NEU! 16.00 – 16.45 Uhr
Indoor Cycling 17.00 – 18.00 Uhr	Power Fit 17.00 – 17.45 Uhr	Bauch, Beine, Po 17.00 – 17.45 Uhr		Rückenschule 17.00 – 17.45 Uhr
Langhantel 18.15 – 18.45 Uhr	Stretch & More 18.00 – 18.45 Uhr	Wassergymnastik 18.00 – 18.45 Uhr Max. 20 Personen	Power Dance 18.30 Uhr – 19.30 Uhr	
		Aquajogging Fitness 19.15 – 20.00 Uhr Max. 20 Personen		