

# KURSPLAN

GÜLTIG AB 11.06.2020

## MONTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
9:30-10:30 Fit in die Woche 10:30-11:30 Pilates Marion	9:00-10:00 Rehasport 10:00-11:00 Rehasport 11:00-12:00 Rehasport 14:00-21:00 Kinderballett	17:00-18:00 Rehasport
17:00-18:00 Yoga-Fitness Marion		18:00-19:00 Rehasport
18:00-18:30 Rückenfit 18:30-19:00 Bauch Total 19:00-19:30 Rückenfit 19:30-20:00 Bauch Total 20:00-21:30 WT Dieter		

## DIENSTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
9:00-10:00 Pumping Marion 10:00-11:00 Rehasport	14:00-21:00 Kinderballett	10:00-11:00 Strech&Relax Marion
18:30-19:30 Yoga-Fitness Marion		19:00-20:00 Pilates Sandra
19:30-20:30 Fitness Workout Chris M.		

## MITTWOCH

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
9:00-10:00 Rehasport 10:00-11:00 Rehasport 11:00-12:00 Rehasport	9:00-10:30 Yoga Petra (ausgebucht) 14:00-19:00 Kinderballett	18:00-19:00 Qi Gong Karateschule
17:00-18:00 Rehasport		19:00-20:00 Rehasport
18:00-19:00 Rückenfitness Anette	19:00-20:00 Ballett für Erwachsene	
19:00-20:00 Figurtraining Anette	20:00-21:00 Intensiv- Body-Workout	
20:00-21:30 WT Dieter		

## DONNERSTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
10:00-11:00 Rehasport	14:00-20:00 Kinderballett	
17:30-18:45 Yoga Petra		
19:00-20:00 Pumping Marion	20:00-21:30 WT Dieter	20:00-21:00 Strech&Relax Marion
20:00-21:30 Karateschule		

## FREITAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
09:00-10:00 Pilates Marion	09:00-10:00 Rückenfit Renate	
15:30-16:30 Hip-Hop 8-12 Jahre Bianca	14:00-19:30 Kinderballett	
15:30-16:30 Hip-Hop 12-16 Jahre Bianca		

## SAMSTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
14:00-16:00 Karateschule		

## SONNTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
09:00-11:00 Karateschule		

## INFOS

Gymnastik ist laut Verordnung nur mit eigener Matte erlaubt:  
Matten können günstig an der Theke erworben werden

Bitte plant genug Zeit für den Check-In-Vorgang ein

### SQUASH & FIT

Robert-Bosch-Straße 9 // 73550 Waldstetten  
07171 4686 // [www.squashundfit.de](http://www.squashundfit.de)