

# KURSPLAN 1. April 2024

## MONTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
	08:25 - 09:25 Rehasport	
09:30 - 10:30 Fit in die Woche <small>Marion</small>	09:30 - 10:30 Rehasport	
10:30 - 11:30 Pilates <small>Marion</small>	10:35 - 11:35 Rehasport	
	14:00 - 21:00 Kinderballett	16:45 - 17:45 Rehasport
17:00 - 18:00 Yoga Fitness <small>Marion</small>		18:00 - 19:00 Rehasport
18:00 - 19:00 Rücken&Bauch <small>Cassandra</small>		
19:00 - 20:00 Rücken&Bauch <small>Cassandra</small>		
20:00 - 21:30 WT <small>Dieter</small>		

## DIENSTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
09:00 - 10:00 Pumping <small>Marion</small>		
	14:00 - 21:00 Kinderballett	10:00 - 11:00 Stretch&Relax <small>Marion</small>
17:30 - 18:30 Zumba <small>Dagmara</small>		
18:30 - 19:30 Yoga Fitness <small>Marion</small>		19:00 - 20:00 Pilates <small>Sandra</small>
19:30 - 20:30 Fitkibo <small>Dieter</small>		

## MITTWOCH

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
08:30 - 09:30 Rehasport	10:00 - 11:30 Yoga <small>Martina</small>	
09:45 - 10:45 Rehasport		
11:00 - 12:00 Rehasport		
	14:00 - 19:00 Kinderballett	17:00 - 18:00 Qi Gong <small>Karatschule</small>
18:00 - 19:00 Rückenfitness <small>Anette</small>		18:00 - 19:00 Rehasport
19:00 - 20:00 Figurtraining <small>Anette</small>	19:00 - 20:00 Ballett für Erwachsene	19:00 - 20:00 Rehasport
20:00 - 21:30 WT <small>Dieter</small>		

## DONNERSTAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
08:55 - 09:55 Rehasport		
10:00 - 11:00 Rehasport		
	14:00 - 19:00 Kinderballett	
16:45 - 17:45 Rehasport		
18:00 - 19:00 Rehasport		
19:00 - 20:00 Pumping <small>Marion</small>		
20:00 - 21:30 Karateschule	20:00 - 21:30 WT <small>Dieter</small>	20:00 - 21:00 Stretch&Relax <small>Marion</small>

## FREITAG

RAUM 1	RAUM 2	RAUM 3
09:00 - 10:00 Pilates <small>Marion</small>	09:00 - 10:00 Rückenfit <small>Renate</small>	
15:00 - 16:00 Hip-Hop <small>8-12 Jahre Bianca</small>	14:00 - 19:30 Kinderballett	
16:00 - 17:00 Hip-Hop <small>12-16 Jahre Bianca</small>		

## 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

Bitte ein großes Handtuch zum Unterlegen mitbringen.

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

Mindestteilnehmerzahl pro Kurs: 5 Personen

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

