

Kursplan

14.01.2019 - 20.01.2019

Comin Fitnessclub
Fraschstr. 25
74405 Gaildorf
07971 24002
info@comin-fitnessclub.de



Montag 14.01.2019	Dienstag 15.01.2019	Mittwoch 16.01.2019	Donnerstag 17.01.2019	Freitag 18.01.2019	Samstag 19.01.2019	Sonntag 20.01.2019
09:00 - 09:30 FASZIENATION Rücken...	09:00 - 09:30 Zirkeltraining fürs...	09:00 - 09:30 Step 1	09:00 - 09:30 FIT im Alter	09:00 - 09:45 SYNRGY-Zirkeltraini...	14:30 - 15:00 Step 1	10:00 - 10:45 Cycling
09:30 - 09:45 Faszien-Dehnen	10:30 - 11:15 REHAVITALISPLUS	09:30 - 10:00 BBP +	17:00 - 18:00 AOK FIT MIX (ab 17....	09:45 - 10:30 Cycling	15:00 - 15:30 Aerobic-Dance	
09:45 - 10:15 Jumping®	17:45 - 17:55 Waschbrett	10:00 - 10:30 Aerobic-Dance	17:45 - 17:55 Waschbrett	11:15 - 12:00 REHAVITALISPLUS	15:30 - 16:00 Jumping®	
17:45 - 17:55 Waschbrett	18:00 - 18:30 Faszien-Dehnen	17:15 - 18:00 Fettburner Cycling ...	18:00 - 18:30 Faszien-Dehnen	16:45 - 17:30 7 - 14 J. Dance		
18:00 - 18:45 BBP +	18:30 - 19:15 FASZIENATION Rücken...	17:45 - 17:55 Waschbrett	18:30 - 19:15 FASZIENATION Rücken...	17:30 - 18:15 7 - 14 J. Trainiere...		
18:45 - 19:30 Step 2	19:15 - 20:15 AOK FIT MIX (ab 14....	18:00 - 18:45 Step 1	19:15 - 20:00 Cycling			
19:30 - 20:15 Cycling	20:15 - 21:00 REHAVITALISPLUS	18:45 - 19:15 HIIT-Figur				

- Dance & Fun
- Figurstraffung/G...
- Fitnessführersch...
- Herz-Kreislauf-T...
- Körper & Entspan...
- Reha
- Rücken & Gesundh...

Stand: 18.01.2019