



AEROBIC PLAN ab 28.06.2021 bis 29.08.2021

ZEIT	WAS
MONTAG 09:00-10:00 10:10-11:10 12:15-13:05 18:00-18:30 18:40-19:40	ZUMBA mit Anna-Lisa STRETCHING mit Veronika SURPRISE mit Daniela (ab 5.07 BODY TONING) BAUCHKILLER mit Corina FUNCTIONAL INTERVAL mit Rasit
DIENSTAG 8:30-9:30 9:40-10:40 12:15-13:15 18:15-19:15 19:30-20:30	PILATES mit Veronika FIT AB 60 mit Veronika CYCLING Team BBP mit Veronika BODYART mit Veronika (Sommerpause vom 28.06-1.08)
MITTWOCH 8:20-8:50 9:00-10:00 10:10-11:10 12:15-13:05 18:00-19:00 19:10-20:10	BAUCHKILLER mit Veronika PUMP IT mit Jenny YOGA mit Jenny TRX MIX mit Daniela PUMP IT mit Simone POWER PILATES mit Veronika
DONNERSTAG 8:10-9:00 9:10-10:10 10:20-11:20 17:15-18:15. 18:30-19:30 19:40-20:40	BODYART mit Veronika (Sommerpause vom 28.06-1.08) CIRCUIT TRAINING mit Brigitte CYCLING Team HIIT mit Simone CYCLING Team ZUMBA mit Anna-Lisa (Sommerpause vom 28.06 - 29.08)
FREITAG 8:45-9:45 9:55-10:55 12:15-13:15 17:00-18:00 18:10-19:10 19:20-20:20	PUMP IT mit Jenny RÜCKEN FIT mit Simone PUMP IT mit Simone YOGA mit Jenny TRX MIX mit Fabienne FUNCTIONAL INTERVAL mit Fabienne (Sommerpause vom 28.06-1.08)
SAMSTAG 9:15-10:15 10:30-11:30	SURPRISE mit Veronika (Sommerpause vom 28.06 - 29.08) CYCLING Team
SONNTAG 10:00-11:00 11:15-12:15	ZUMBA mit Anna-Lisa CYCLING Team (Sommerpause vom 28.06 - 29.08)

***Alle Stunden sind nur online buchbar & Abmeldung obligatorisch!**