

Kursplan

17.06.2019 - 23.06.2019

Fitness Camp Saalfeld
Mittlerer Watzenbach 8a
07318 Saalfeld
+49 (36 71) 51 39 42
info@fitness-camp.de



Montag 17.06.2019	Dienstag 18.06.2019	Mittwoch 19.06.2019	Donnerstag 20.06.2019	Freitag 21.06.2019	Samstag 22.06.2019	Sonntag 23.06.2019
09:15 - 10:00 Rückengymnastik Ken	09:15 - 10:00 Rückengymnastik Thomas	09:15 - 10:00 Senioren Power Ken	09:05 - 09:25 Beckenboden - Bauch... Katja	10:00 - 10:20 Bauch sb		
10:00 - 10:30 Race Christopher	09:15 - 10:00 Line Dance	09:30 - 10:30 fitdankbaby® MAXI Aline	09:30 - 10:15 Rückengymnastik Aniko	10:30 - 11:15 Rehasport		
10:30 - 11:20 Line Dance - Anfäng...	10:15 - 11:00 Beweglichkeit & Ent... Thomas	10:00 - 10:30 Hockergymnastik Aniko	10:30 - 11:15 Kraft trifft Dehnun... Ken	14:00 - 14:45 Rückengymnastik		
16:30 - 17:15 Lungensport Ken	10:15 - 11:45 Nordic Walking sb	10:30 - 11:15 Rückengymnastik Ken	18:00 - 18:50 Rückengymnastik Jessica	17:00 - 17:45 Rücken Workout		
17:00 - 17:50 Stations-Training Thomas sb	17:00 - 17:45 Rückengymnastik Aniko	11:15 - 12:45 Nordic Walking sb	19:00 - 19:30 Jumping-Party Rashid	19:00 - 20:20 Yoga Anne		
17:30 - 18:15 Rückengymnastik Ken	18:00 - 18:50 Jumping Basic Katja sb	16:30 - 17:45 Yoga Christiane	19:00 - 19:30 Power Race mix sb			
18:30 - 19:20 Pilates trifft Mobi...	18:30 - 19:00 Faszie Spezial Jörg sb	17:15 - 17:45 Race Christopher	19:30 - 20:20 Stations-Training Thomas sb			
18:30 - 19:20 Sommer-Zumba® Edith sb	19:00 - 20:00 Zumba® Miriam sb	18:00 - 18:30 Schlingenkurs Steffen sb				
		18:30 - 18:50 Bauch Steffen sb				

- Ausdauer
- Dance & Fun
- Entspannung
- Figur
- sb Geeignet für Sli...
- Gesundheit
- Kraft




Stand: 19.06.2019

Kursplan

17.06.2019 - 23.06.2019

Fitness Camp Saalfeld
 Mittlerer Watzenbach 8a
 07318 Saalfeld
 +49 (36 71) 51 39 42
 info@fitness-camp.de



Montag 17.06.2019	Dienstag 18.06.2019	Mittwoch 19.06.2019	Donnerstag 20.06.2019	Freitag 21.06.2019	Samstag 22.06.2019	Sonntag 23.06.2019
	<p>19:10 - 20:00 Power Race mix Jörg </p>	<p>18:50 - 19:20 Stretching Thomas </p> <p>19:00 - 19:30 Jumping-Party Mirjam</p> <p>19:30 - 20:20 Rückengymnastik Thomas</p> <p>19:30 - 20:00 Problemzonentrainin... Miriam </p>				

-  Ausdauer
-  Dance & Fun
-  Entspannung
-  Figur
-  Geeignet für Sli...
-  Gesundheit
-  Kraft

Stand: 19.06.2019