

Kursplan Bad Segeberg

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
10:00 - 11:00 Vital-Zirkel Natalia	-	-	-	-
-	17:00 - 17:30 Aqua-Fit Ann-Kathrin	-	17:00 - 17:30 Aqua-Fit Rabea	17:45 - 18:30 Pilates Ann-Kathrin
-	18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnastik Ann-Kathrin	18:00 - 18:45 Aqua-Power Natalia	18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnastik Rabea	18:30 - 19:00 Entspannt ins Wochenende Ann-Kathrin
18:45 - 19:30 Bodyforming Kerstin	18:45 - 19:30 Pilates Ann-Kathrin	19:15 - 20:00 TRX Natalia	19:00 - 20:30 Yoga Hans-Peter	-
19:30 - 20:15 Step-Mix Kerstin	19:30 - 20:15 Zumba Kiki & Charlie	-	-	-