

Kursprogramm RED WEEKEND Thal



30. Oktober – 5. November

Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
Montag	Rückentraining	Daniela R.	09:00 – 09:55
	Functional Fitness Indoor	Daniela R.	10:00 – 10:55
	Bodytoning	Cora S.	18:00 – 18:55
	Antara®	Cora S.	19:00 – 19:55
Dienstag	Power Yoga	Marion F.	09:30 – 10:25
	M.A.X.	Annette W.	18:00 – 18:25
	BODYPUMP®	Annette W.	18:30 – 19:25
	Coretraining	Annette W.	19:30 – 19:55
	Yoga	Cornelia H.	20:00 – 21:10
Mittwoch	Family Fit (ab 4 Jahren) Allerheiligen	Simone F.	09:30 – 10:25
	M.A.X.® Allerheiligen	Simone F.	10:45 – 11:10
Donnerstag	M.A.X.®	Annette W.	09:00 – 09:25
	Coretraining	Annette W.	09:30 – 09:55
	Rückentraining	Annette W.	10:00 – 10:55
	Step	Daniel B.	18:00 – 18:55
	BODYPUMP®	Gabriela S.	19:00 – 19:55
Freitag	FunTone® Stability mit dem «JUMPER»	Annette W.	09:00 – 09:55
	Yoga «YIN und YANG»	Cornelia H.	10:00 – 10:55
Samstag	Step «Special Surprise»	Daniel B.	10:00 – 10:55
Sonntag	BODYPUMP® meets CORE®	Annette W.	10:00 – 11:10

Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag bis Freitag:	08:45 - 11:30
Sonntag:	09:30 - 11:30

Unser Kursprogramm online:

