

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09.00 - 09.45 Aquafitness	09.30 - 10.15 Happy Swing	08.00 - 08.45 Aquafitness	08.00 - 08.45 Hydro Power 60+	08.30 - 09.15 Hydro Power 60+
10.00 - 10.45 Fit in die Woche	10.30 - 11.15 Aquafitness	09.00 - 09.45 Sport 60+	09.00 - 09.45 Wirbelsäulengymnastik	09.30 - 10.15 Pilates
10.00 - 10.45 Aquafitness	10.30 - 11.15 Pilates	10.00 - 10.45 Aquafitness	10.00 - 10.45 Yoga	10.30 - 11.15 Tanzgymnastik
			11.00 - 11.45 Qi Gong NEU	
18.00 - 18.45 Bauch-Beine-Po	18.00 - 18.45 Bauch Beine Po	18.00 - 18.45 Body Form	18.00 - 18.45 Faszientraining	18.00 - 18.45 Body Form
18.00 - 18.45 Aroha	19.00 - 19.45 Zumba	19.00 - 19.45 Cycling	19.00 - 19.45 Wirbelsäulengymnastik	19.00 - 19.45 Cycling
19.00 - 19.45 Hydro Power	19.00 - 19.45 Qi Gong NEU	19.00 - 19.45 Yoga	20.00 - 20.45 Hydro Power	
	20.00 - 20.45 Aqua Zumba	20.00 - 20.45 Pilates		
		20.00 - 20.45 Aquafitness		

Kursplan (ab 01.11.2022)



Viva mare
DER CLUB FÜR FITNESS UND GESUNDHEIT

Am Wasserwerk 1 06132 Halle (Saale) Tel.: 0345-7742120 fitness@mayamare.de