



KURSPLAN

Tel. 03521 - 727800 meissen@fitnessarena.de

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|---|--------------------------------|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---------|
| | | | | | |
| 10:00 - 10:45 Rückenschule | | 10:00 - 10:45 Wirbelsäulengym. | | 10:00 - 10:45 Wirbelsäulengym. | |
| 17:30 - 18:00 Power Bauch | | 17:30 - 18:15 Bauch-Beine-Po | 16:30 - 18:00 Selbstverteidigung | | |
| 18:00 - 18:45 Wirbelsäulengym. | 18:30 - 19:00 World Jumping | 18:30 - 19:00 World Jumping | 18:00 - 18:45 Power Dich Fit | | |
| 18:45 - 19:30 Zumba | 19:00 - 19:30 World Jumping | 19:00 - 19:30 World Jumping | 18:45 - 19:30 Step | | |
| <p>Informationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bitte besucht die Kurse nur mit Handtuch und geeigneten Sportschuhen! - Vertretungen und Kursänderungen bleiben dem Studio vorbehalten! <p>Bitte beachtet auch die aktuellen Aushänge!</p> | | | <p>Öffnungszeiten:</p> <p>Montag - Freitag: 06 - 24 Uhr Sonnabend, Sonntag & Feiertag: 10 - 18 Uhr</p> | | |