



...einfach besser trainieren!

# KURSPLAN

Tel. 0 35 242 - 66 778 nossen@fitnessarena.de gültig: ab 10.12.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	10:00 - 10:45 <b>Morgengymnastik</b>	10:00 - 10:45 <b>Rücken-Reha</b>		09:15 - 10:00 <b>Wirbelsäulengymnastik</b>
		11:00 - 11:45 <b>Rücken-Reha</b>		10:00 - 10:45 <b>Rücken Fit</b>
18:00 - 19:00 <b>Rückenschule</b>	18:00 - 18:45 <b>Power-Zirkel</b>	17:30 - 18:00 <b>Power Kurs</b>	18:00 - 18:45 <b>Rücken Fit</b>	
		18:00 - 18:45 <b>Bauch weg</b>		
		19:45 - 20:30 <b>Zumba</b>		
Vertretungen und Kursänderungen bleiben dem Studio vorbehalten.  Bitte beachten Sie auch die aktuellen Aushänge!			Montag - Donnerstag 08.00 - 22.00 Uhr Freitag 08.00 - 22.00 Uhr Samstag & Feiertag 10.00 - 15.00 Uhr Sonntag 10.00 - 15.00 Uhr	