

Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

SCS Sportcenter Suhl
Schneekopfstraße 78
98528 Suhl
03681 49980
sportcenter-suhl@gmx.de



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
09:00 - 09:50 Rückengym	09:00 - 09:50 Rückengym	09:00 - 09:50 Rückengym	09:00 - 09:50 Rückengym	10:00 - 10:50 Yoga Balance	10:45 - 11:45 Dance Step sb	09:30 - 10:30 Balancevision sb
16:00 - 16:50 Pilates	10:00 - 10:50 Rückengym	10:00 - 10:50 Spinning sb	10:00 - 10:50 Rückengym	16:00 - 16:50 Pilates	16:00 - 17:00 Fightvision sb	10:30 - 11:30 Dancevision sb
17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po sb	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel sb	10:00 - 10:50 Yoga Balance	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel sb	17:00 - 17:50 Jumping sb	17:15 - 17:45 Corevision sb	16:00 - 17:00 Powervision sb
18:00 - 18:50 Dance Step sb	17:00 - 17:50 Yoga Balance	11:00 - 11:50 Taichi - Qigong	17:00 - 17:50 Yoga Flow	18:00 - 18:50 Spinning Le Tortour... sb		
19:00 - 19:50 Jumping sb	17:00 - 17:50 Intervall sb	16:00 - 16:50 Rückengym	18:00 - 18:50 Zumba sb	19:10 - 20:00 Spinning Slow Motio... sb		
20:00 - 20:50 Taichi - Qigong	18:00 - 18:50 Rückengym	17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po sb	18:00 - 18:50 Bodystyling sb	20:00 - 20:50 Zumba sb		
20:00 - 20:50 Zumba sb	18:00 - 18:50 Jumping sb	17:00 - 17:50 Jumping sb	19:00 - 19:50 Jumping sb	20:00 - 20:50 Zumba sb		
20:00 - 20:50 Spinning Slow Motio... sb	19:00 - 19:50 Rückengym	18:00 - 18:50 Step & Fun sb	19:00 - 19:50 Spinning Oldie Kist... sb			
	19:00 - 19:50 Spinning Speedster sb					

-  Ausdauer
-  Bodyvision - Kur...
-  Dance & Fun
-  Figurtraining
-  Functional Train...
-  Körper & Entspan...
-  Rückentraining
-  Verwendung Slim ...

Stand: 18.02.2019

Kursplan

18.02.2019 - 24.02.2019

SCS Sportcenter Suhl
 Schneekopfstraße 78
 98528 Suhl
 03681 49980
 sportcenter-suhl@gmx.de



Montag 18.02.2019	Dienstag 19.02.2019	Mittwoch 20.02.2019	Donnerstag 21.02.2019	Freitag 22.02.2019	Samstag 23.02.2019	Sonntag 24.02.2019
	<p>19:00 - 19:50 Pilates Undine</p> <p>20:00 - 20:50 Zumba</p> <p>20:00 - 20:50 Zumba</p>	<p>19:00 - 19:50 Zumba</p> <p>19:00 - 19:50 Yoga Flow</p> <p>20:00 - 20:50 Bauch-Beine-Po</p>	<p>20:00 - 20:50 Spinning Slow Motio...</p>			

- Ausdauer
- Bodyvision - Kur...
- Dance & Fun
- Figurtraining
- Functional Train...
- Körper & Entspan...
- Rückentraining
- sb Verwendung Slim ...

Stand: 18.02.2019