

Kursplan

16.04.2018 - 22.04.2018

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



Montag 16.04.2018	Dienstag 17.04.2018	Mittwoch 18.04.2018	Donnerstag 19.04.2018	Freitag 20.04.2018	Samstag 21.04.2018	Sonntag 22.04.2018
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	09:30 - 10:30 Balancevision
16:00 - 16:50 Pilates	10:00 - 10:50 Rückengym	10:00 - 10:50 Spinning	10:00 - 10:50 Rückengym	16:00 - 16:50 Pilates	sb	sb
17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel	sb	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel	17:00 - 17:50 Jumping	16:00 - 17:00 Fightvision	10:30 - 11:30 Dancevision
18:00 - 18:50 Dance Step	17:00 - 17:50 Yoga Balance	10:00 - 10:50 Yoga Balance	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel	sb	sb	sb
19:00 - 19:50 Jumping	17:00 - 17:50 Intervall	11:00 - 11:50 Taichi - Qigong	17:00 - 17:50 Yoga Flow	18:00 - 18:50 Spinning Le Tortour...	17:15 - 17:45 Corevision	16:00 - 17:00 Powervision
20:00 - 20:50 Taichi - Qigong	18:00 - 18:50 Rückengym	16:00 - 16:50 Rückengym	18:00 - 18:50 Zumba	sb		
20:00 - 20:50 Zumba	18:00 - 18:50 Jumping	17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po	18:00 - 18:50 Bodystyling	19:10 - 20:00 Spinning Slow Motio...		
20:00 - 20:50 Spinning Slow Motio...	19:00 - 19:50 Rückengym	17:00 - 17:50 Jumping	19:00 - 19:50 Jumping	20:00 - 20:50 Zumba		
	19:00 - 19:50 Spinning Speedster	18:00 - 18:50 Step & Fun	19:00 - 19:50 Spinning Oldie Kist...	20:00 - 20:50 Zumba		

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

Stand: 20.04.2018

Kursplan

16.04.2018 - 22.04.2018

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



Montag 16.04.2018	Dienstag 17.04.2018	Mittwoch 18.04.2018	Donnerstag 19.04.2018	Freitag 20.04.2018	Samstag 21.04.2018	Sonntag 22.04.2018
	<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
-  Verwendung Slim ...

Stand: 20.04.2018