


# Kursplan

16.07.2018 - 22.07.2018

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



Montag 16.07.2018	Dienstag 17.07.2018	Mittwoch 18.07.2018	Donnerstag 19.07.2018	Freitag 20.07.2018	Samstag 21.07.2018	Sonntag 22.07.2018
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 <b>sb</b>	09:30 - 10:30 Balancevision <b>sb</b>
16:00 - 16:50 Pilates	10:00 - 10:50 Rückengym	10:00 - 10:50 Spinning <b>sb</b>	10:00 - 10:50 Rückengym	16:00 - 16:50 Pilates	16:00 - 17:00 Fightvision <b>sb</b>	10:30 - 11:30 Dancevision <b>sb</b>
17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po <b>sb</b>	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel <b>sb</b>	10:00 - 10:50 Yoga Balance	10:00 - 10:30 Easyline Zirkel <b>sb</b>	17:00 - 17:50 Jumping <b>sb</b>	17:15 - 17:45 Corevision <b>sb</b>	16:00 - 17:00 Powervision <b>sb</b>
18:00 - 18:50 Dance Step <b>sb</b>	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... <b>sb</b>		
19:00 - 19:50 Jumping <b>sb</b>	17:00 - 17:50 Intervall <b>sb</b>	16:00 - 16:50 Rückengym	18:00 - 18:50 Zumba <b>sb</b>	19:10 - 20:00 Spinning Slow Motio... <b>sb</b>		
20:00 - 20:50 Taichi - Qigong	18:00 - 18:50 Rückengym	17:00 - 17:50 Bauch-Beine-Po <b>sb</b>	18:00 - 18:50 Bodystyling <b>sb</b>	20:00 - 20:50 Zumba <b>sb</b>		
20:00 - 20:50 Zumba <b>sb</b>	18:00 - 18:50 Jumping <b>sb</b>	17:00 - 17:50 Jumping <b>sb</b>	19:00 - 19:50 Jumping <b>sb</b>	20:00 - 20:50 Zumba <b>sb</b>		
20:00 - 20:50 Spinning Slow Motio... <b>sb</b>	19:00 - 19:50 Rückengym	18:00 - 18:50 Step & Fun <b>sb</b>	19:00 - 19:50 Spinning Oldie Kist... <b>sb</b>			
	19:00 - 19:50 Spinning Speedster <b>sb</b>					

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

Stand: 18.07.2018

# Kursplan

16.07.2018 - 22.07.2018

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



Montag 16.07.2018	Dienstag 17.07.2018	Mittwoch 18.07.2018	Donnerstag 19.07.2018	Freitag 20.07.2018	Samstag 21.07.2018	Sonntag 22.07.2018
	<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
- sb Verwendung Slim ...

Stand: 18.07.2018