

Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

Welcome Wellness

Fichtestraße 10

04720 Döbeln

0 3431 / 625 625

info@welwel.de



Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
12:30 - 13:30 Rückenfit	18:30 - 19:20 Power Workout	09:00 - 09:50 Fit in den Tag	18:00 - 18:30 Schlingentraining*	11:00 - 11:30 BALLance*		
13:30 - 14:00 BALLance*	19:30 - 20:20 Body Shape	18:00 - 19:00 Rückenfit	18:30 - 19:00 BALLance*	18:00 - 18:50 Zumba		
17:30 - 18:20 Wochenstart Workout	20:30 - 21:00 BALLance*	19:00 - 19:50 Langhanteltraining	19:00 - 20:00 Rückenfit	19:00 - 19:50 Langhanteltraining		
18:30 - 19:20 Schlingentraining*				20:00 - 20:30 BALLance*		
19:30 - 20:00 BALLance*						

* Kurs mit Einsc...

■ Ausdauer

■ Figur / Gesundhe...

■ Fun & Dance

■ Kraft

Stand: 16.12.2017