

Kursplan

21.05.2018 - 27.05.2018

VITA NOVA
 Am Schwimmbad 3
 63500 Seligenstadt
 06182-2 59 44
 info@vitanova.de



Montag 21.05.2018	Dienstag 22.05.2018	Mittwoch 23.05.2018	Donnerstag 24.05.2018	Freitag 25.05.2018	Samstag 26.05.2018	Sonntag 27.05.2018
08:15 - 09:00 Rehasport - nur mit...	08:30 - 09:30 LES MILLS Bodypump	09:00 - 09:45 BBP (Bauch-Beine-Po...)	09:00 - 10:00 LMI STEP	08:15 - 09:00 Rehasport - nur mit...	15:00 - 16:00 Happy Saturday (sie...)	09:30 - 10:00 LES MILLS CXWORX
09:00 - 10:00 BBP (Bauch-Beine-Po...)	09:30 - 10:30 Pilates (KK)	09:50 - 10:20 Rückenfit (KK)	10:00 - 10:45 Rehasport - nur mit...	09:00 - 09:45 Rückenfit (KK)	16:00 - 17:00 LES MILLS Bodypump	10:00 - 11:00 IndoorCycling Inter...
10:15 - 11:30 Hatha Yoga Level 1 ...	10:15 - 11:00 Rehasport - nur mit...	16:30 - 17:15 Rehasport - nur mit...	10:45 - 11:30 Rehasport - nur mit...	09:50 - 10:05 Bauch Circuit Expre...		11:00 - 11:20 Cross XxX - Express...
18:00 - 19:00 IndoorCycling Inter...	11:15 - 12:00 Rehasport - nur mit...	17:15 - 18:00 Rückenfit (KK)	17:00 - 17:45 Rehasport - nur mit...	17:45 - 18:15 BBP DEEP WORKOUT (B...)		11:15 - 12:15 Zumba
18:15 - 18:45 LES MILLS CXWORX	17:30 - 18:30 BBP (Bauch-Beine-Po...)	18:00 - 18:30 LES MILLS CXWORX	18:00 - 19:30 Hatha Vinyasa Flow ...	18:15 - 19:15 LES MILLS BODYBALANC...		11:30 - 11:50 Bauch Circuit Expre...
18:45 - 19:45 LES MILLS Bodypump	18:00 - 19:00 Pilates	18:00 - 19:00 Outdoor MTB (ab Mit...	18:15 - 19:15 LES MILLS Bodypump			
19:00 - 19:45 Rehasport - nur mit...	18:30 - 19:15 LES MILLS SH'BAM	18:30 - 19:30 IndoorCycling Inter...	18:30 - 19:15 BBP DEEP WORKOUT (B...)			
19:00 - 20:00 LES MILLS BODYBALANC...	19:00 - 20:00 Rückenfit (KK)	18:30 - 19:45 Hatha Yoga Level 1 ...	19:20 - 20:20 IndoorCycling Inter...			
19:00 - 20:00 Fitness Führerschei...	19:00 - 20:00 Fitness Führerschei...	18:30 - 19:15 LES MILLS Bodypump	19:30 - 20:30 Zumba			
19:30 - 19:50 FLEXX	19:15 - 20:10 RPM IndoorCycling	19:15 - 20:15 LES MILLS BodyComba...				
20:00 - 21:00 LES MILLS BodyComba...	20:15 - 21:15 LES MILLS Bodypump	20:00 - 20:45 Rehasport - nur mit...				

- Figur u. Abnehm...
- Gesundheit
- Kraft u. Ausdaue...
- Körper & Geist
- Outdoor

Stand: 23.05.2018



Montag 21.05.2018	Dienstag 22.05.2018	Mittwoch 23.05.2018	Donnerstag 24.05.2018	Freitag 25.05.2018	Samstag 26.05.2018	Sonntag 27.05.2018
		<div style="background-color: #8B733D; color: white; padding: 5px; border-radius: 10px;"> 20:00 - 21:00 LESMILLS BODYBALANC... </div>				

- Figur u. Abnehm...
- Gesundheit
- Kraft u. Ausdaue...
- Körper & Geist
- Outdoor

Stand: 23.05.2018