

Kursplan

17.02.2020 - 23.02.2020

INJOY Hohenstein-Ernstthal
Schubertstraße 1
09377 Hohenstein-Ernstthal
03723 47852
info@injoy-hot.de



Montag 17.02.2020	Dienstag 18.02.2020	Mittwoch 19.02.2020	Donnerstag 20.02.2020	Freitag 21.02.2020	Samstag 22.02.2020	Sonntag 23.02.2020
08:15 - 09:10 Wirbelsäulen-Gymnas...	09:15 - 10:00 Reha	08:15 - 09:10 Wirbelsäulen-Gymnas...	08:30 - 09:15 Reha	08:15 - 09:10 Sensitive Cycling	09:30 - 10:30 Bauch Beine Po	
09:15 - 10:10 Body-Dance	10:15 - 11:00 Reha	09:15 - 10:15 Indoor Cycling	09:30 - 10:30 Wirbelsäulen-Gymnas...	09:15 - 10:10 Qigong		
10:15 - 11:00 Reha	13:30 - 14:30 Aqua-Kurs	09:15 - 10:10 Bauch Beine Po	16:20 - 17:20 Kinderkurs	10:15 - 11:10 Fit und entspannt		
13:00 - 14:00 Aqua-Kurs	16:30 - 17:15 Reha	10:15 - 11:10 Wirbelsäulen-Gymnas...	17:25 - 17:55 TRX	15:30 - 16:30 Bodypump		
16:15 - 17:15 Reha	17:30 - 18:25 Wirbelsäulen-Gymnas...	10:20 - 11:15 Bodybalance	18:00 - 18:25 Bauch / Rücken	16:30 - 17:25 Wirbelsäulen-Gymnas...		
17:25 - 17:55 TRX	18:30 - 19:00 Cxworx	11:15 - 12:00 Reha	19:30 - 20:30 Hot Iron System	16:35 - 17:35 Bodybalance		
18:00 - 18:55 Indoor Cycling	19:30 - 20:30 Zumba	17:30 - 18:40 Yoga		17:30 - 17:55 Bauch / Rücken		
18:00 - 18:45 Reha		17:30 - 18:30 Bodypump		18:00 - 19:00 Hot Iron System		
19:00 - 19:25 Bauch / Rücken		18:30 - 19:00 Cxworx				
19:30 - 20:30 Hot Iron System		19:00 - 20:00 Bodybalance				

- Abnehmen und Mus...
- Ausdauer / Herz-...
- Reha
- Rückenschmerz mu...
- Spaßfaktor

Stand: 21.02.2020