

Group-Fitness-Kursplan

Ab Januar 25

Mo	17:00 - 17:45 Pilates	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Osina
Mo	18:00 - 18:50 Dance-Aerobic	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Manuela
Mo	18:30 - 19:55 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Mo	19:00 - 19:45 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Corinna
Mo	20:00 - 21:00 Vinyasa-Yoga	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Matej
Di	09:45 - 10:35 Dance-Aerobic	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Manuela
Di	10:45 - 11:30 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Manuela
Di	17:30 - 18:15 Fatburner	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Corinna
Di	18:30 - 19:15 Pilates	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Corinna
Di	19:00 - 19:55 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Di	19:30 - 20:15 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Mathias
Mi	18:00 - 18:50 Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Annette
Mi	19:05 - 20:00 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Mi	19:00 - 19:45 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Annette
Mi	20:00 - 21:00 Vinyasa-Yoga	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Johanna
Do	09:45 - 10:35 Dance-Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Manuela
Do	10:45 - 11:30 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Manuela
Do	18:00 - 18:45 PowerMix	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Anastasia
Do	18:15 - 19:10 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Do	19:00 - 19:50 ZUMBA	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Vicente
Do	20:00 - 20:45 deepwork	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Alexander
Fr	09:00 - 09:45 Rückenfit	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Marianne
Fr	17:00 - 17:45 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Sandra
Fr	17:00 - 17:45 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Fr	18:00 - 18:55 Functional	Functional-Raum/Außenfläche	Madeleine
Fr	18:00 - 18:45 Pumping Fit	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Meike
Fr	19:00 - 19:50 ZUMBA	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Anja
Sa	10:00 - 10:50 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Sa	11:00 - 11:50 Indoor Cycling	SSC-Zentrum/Saal	IC-Team
Sa	10:00 - 10:50 Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Meike
Sa	11:00 - 11:45 BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Meike
So	10:00 - 10:45 Pumping Fit	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Janine
So	11:00 - 11:30 Bauch/Rücken	SSC-Studio/Aerobic-Raum	Janine

Für die Teilnahme an diesen Stunden ist die Mitgliedschaft in der Aerobic-Abteilung oder dem Fitness- und Gesundheitsstudio Voraussetzung.

→ Anmeldung über ClubConnector-App oder die Homepage des Fitness- und Gesundheitsstudios erforderlich!