

# Kursplan

21.05.2018 - 27.05.2018

Sportstudio Hirsch  
 Bockschützstr. 14  
 83646 Bad Tölz  
 08041 77400  
 info@sportstudiohirsch.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
08:45 - 10:00 Bodypump Gaby	16:30 - 17:30 Bauch-Beine-Po Gaby	09:00 - 10:00 Functional BBP Myriam	10:00 - 11:00 Rehazirkel Friederike	08:45 - 09:45 Rehazirkel Monika	10:00 - 11:00 Bodypump Gaby	
09:00 - 10:00 Spinning Tina	17:45 - 18:45 Rücken Maren	09:30 - 10:45 Spizik Charly	10:00 - 11:00 Looplife-Balance Charly/Martin	09:00 - 10:00 Pilates Steffi	10:00 - 11:00 BodyFun ab April Lissi	
10:05 - 11:00 Rücken Ulrike	18:00 - 19:00 Rehazirkel Friederike	10:00 - 11:00 Qigong Christine	11:00 - 12:00 Rehazirkel Friederike	09:15 - 10:45 Spizik Tina		
16:00 - 16:45 Rehagymnastik Monika	19:00 - 19:45 Rehagymnastik Uli, Friederike	18:00 - 19:00 Functional Training... Tina	14:00 - 15:00 Rücken Ulrike	10:00 - 11:00 Pilates Steffi		
17:00 - 18:00 Rehazirkel Monika	19:00 - 20:30 Spizik Charly	18:00 - 19:00 Spinning Evgenya/Katrin	15:00 - 15:45 Rehagymnastik Ulrike	17:00 - 18:00 BodyFun ab Mai Lissi		
18:00 - 19:00 Spinning Evgenya		19:00 - 20:00 Bodypump Gaby	18:00 - 19:00 Specials Claudia	18:15 - 19:45 Spinning intensiv Myriam		
18:15 - 19:15 Looplife-Athletic Marina / Martin		19:35 - 20:35 Rehazirkel Monika	19:00 - 20:00 Pilates Lissi	18:15 - 19:00 Zumba Martina		
19:15 - 20:15 Bodypump Tina		20:10 - 21:10 Qigong Christine	20:15 - 21:15 Ernährung ab Oktobe... Tina	19:00 - 20:00 Yoga im April Maren		
19:15 - 20:15 Spinning Katrin						

- Ausdauer
- Ausdauer Plus
- Dance & Fun
- Fitness allg.
- Gesundheit
- Kraft
- Reha

Stand: 26.05.2018