

Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018

Sportstudio Hirsch
 Bockschützstr. 14
 83646 Bad Tölz
 08041 77400
 info@sportstudiohirsch.de



Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
08:45 - 10:00 Bodypump Gaby	16:30 - 17:30 BodyForm Gaby	09:00 - 10:00 BodyForm-S Tina	10:00 - 11:00 Rehazirkel Friederike	08:45 - 09:45 Rehazirkel Monika	10:00 - 11:00 Bodypump Gaby	14:00 - 18:00 Vorankündigung 13.1... Charly
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		15:30 - 16:30 Weitersagen 13.01.1... Martin
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	18:15 - 19:45 Spinning Intensiv Myriam		
18:00 - 19:00 Spinning Evgenya		19:00 - 20:00 Bodypump Gaby	18:00 - 19:00 BodyForm Claudia			
18:15 - 19:15 Looplife-Athletic Marina / Martin		19:30 - 20:30 Ernährung Vortrag Tina	19:00 - 20:00 Pilates Lissi			
19:15 - 20:15 Bodypump Tina		19:35 - 20:35 Rehazirkel Monika				
19:15 - 20:15 Spinning Katrin		20:10 - 21:10 Qigong ab 10.10.18 Christine				

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

Stand: 16.12.2018