Kursplan Bad Camberg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:30 - 10:30 Funktional Training mit Saskia		9:30 - 10:30 Step Choreo mit Jutta	9:30 - 10:30 Soft Workout mit Andrea	9:30 - 10:30 Qi Gong mit Brigitte		9:30 - 10:30 Body Fit mit Iza / Saskia / Rosina
10:30 - 11:30 Pilates u. Faszientraining mit Saskia	11:15 - 12:15 Fat Burner mit Izabella		10:30-11:15 Rehakurs (Orthopädisch)			10:30 - 11:30 Pilates mit Saskia / Iza
	12:30 - 13:30 Yoga mit Brigitte				** 11:30 - 12:30 Special	11:30 - 12:30 Fight Club mit Heiko / Steven / Sven
	14:00 - 14:45 Rehakurs (Orthopädisch)	14:00 - 14:45 Rehakurs (Orthopädisch)			** 12:30 - 13:30 Special	
15:00 - 15:45 Rehakurs (Orthopädisch)	15:00 - 15:45 Rehakurs (Orthopädisch)		16:00 - 16:45 Rehakurs (Neurologisch)			
17:30 - 19:00 Dance & Power Workout mit Antonina			17:00 - 17:45 Rehakurs (Orthopädisch)			
	18:00 - 19:00 Fat Burner mit Jutta	18:00 - 19:00 Pump Mashup mit Iza / Kai	18:00 - 19:00 Workout & Fun mit Saskia			
19:00 - 20:00 Indoor Cycling mit Rebecca	19:00 - 20:00 Fitness Boxen (m/w/d) mit Steven / Sven	19:00 - 20:00 Balancelates mit Lea	19:00 - 20:00 Indoor Cycling mit Sabine	19:00 - 20:30 Fitness Boxen (m/w/d) mit Heiko / Sven		
		20:00 - 21:00 Zumba mit Antonina	20:00 - 21:00 Yoga mit Brigitte			SPORT CENTER Bad Camberg Fitness, Gesundheit & Sonne

** Welche Specials wann stattfinden wird auf unserer Web unterpunkt Home oder im Studio vorgestellt.