

## Kursplan Bad Camberg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 10:00 Funktional Training mit Saskia	9:30 - 10:30 Fat Burner mit Selin / Izabella	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 Saskia / Gerrit / Iza
10:00 - 11:00 Pilates u. Faszientraining mit Saskia	10:30 - 11:30 Yoga mit Brigitte		10:30-11:15 Rehakurs (Orthopädisch)			10:30 - 11:30 Pilates mit Saskia / Iza
					** 11:30 - 12:30 Special	11:30 - 12:30 Fight Club mit Heiko / Pat / 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)					
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 Madeleine	18:00 - 19:00 Workout & Fun mit Saskia	18:00 - 19:00 Fitnessdance light mit Louisa		
19:00 - 20:00 Indoor Cycling mit Rebecca	19:00 - 20:00 Fitness Boxen (m/w/d) mit Heiko / Sven	19:00 - 20:00 Bodybalance mit Madeleine	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			

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