

# Kursplan

18.12.2017 - 24.12.2017

**PALESTRA**  
 In der Au 6  
 69412 Eberbach  
 06271 77624  
 info@palestra-fitness.de



Montag 18.12.2017	Dienstag 19.12.2017	Mittwoch 20.12.2017	Donnerstag 21.12.2017	Freitag 22.12.2017	Samstag 23.12.2017	Sonntag 24.12.2017
09:00 - 09:55 Zumba®	09:00 - 09:55 Fit in den Tag	09:00 - 09:55 Bodyforming	09:00 - 09:55 Achtsamkeitsmeditat..	09:00 - 09:55 Fit in den Tag		
17:00 - 17:55 Hatha Yoga	10:00 - 10:55 FIVE® - der Kurs	10:00 - 10:55 Spinning®	10:00 - 10:55 World Jumping®	10:00 - 10:55 Spinning®		
18:00 - 18:55 Spinning®	17:30 - 18:15 Zumba® - Step	17:00 - 17:55 Fatburner	17:30 - 18:25 Zumba®	17:30 - 18:25 Zumba®		
19:00 - 19:55 Spinning®	18:15 - 18:55 Zumba®	18:00 - 18:55 FIVE® - der Kurs	18:30 - 19:25 Faszien Yoga	18:30 - 19:25 Bodyforming		
	19:00 - 19:55 Bodyforming	18:00 - 18:55 World Jumping®	19:00 - 19:55 World Jumping®	19:30 - 20:25 World Jumping®		
	20:00 - 20:55 Hatha Yoga	19:00 - 19:55 Spinning®				
		20:00 - 20:55 Spinning®				

■ Figurstraffung/G... ■ Herz-Kreislauf-T... ■ Körper & Entspan...

Stand: 18.12.2017