

# KURSPLAN TRÜBBACH

AB 02.09.2024

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
06.00						
AB 08.15	<b>09.00 UHR</b> KINESIS TRAINING (SONJA)		<b>08.30 Uhr</b> Kinesis Training (Team)		<b>09.00 UHR</b> PILATES (NICOLE)	<b>08.15 UHR</b> FULLBODY WORKOUT 75 MIN.
			<b>09.30 Uhr</b> Kinesis Training (Team)			
17.30						
AB 18.00	<b>18.00 Uhr</b> M.A.X. & Core (Claudia)	<b>18.00 Uhr</b> LesMills Bodypump (Gernot)	<b>18.00 UHR</b> KINESIS TRAINING (RAHEL)	<b>18.00 UHR</b> CARIDO-BOXING (Pascal) <b>*Start ab 26.09.24</b>		
AB 19.00	<b>19.00 UHR</b> PILATES (CLAUDIA)	<b>19.10 UHR</b> YINYOGA (GERNOT)	<b>19.00 UHR</b> ZUMBA (JANE)	<b>19.10 UHR</b> LESMILLS BODYPUMP (PASCAL)		