



Group-Fitness

Ferienplan Herbst vom 27.09.2021 bis 16.10.2021

Die Kursteilnehmer/Innen müssen sich vorgängig für die Stunden registrieren -> **ONLINE REGISTRIERUNG**
GROUPFITNESS KURSE

Die GrpFit Gäste melden sich vor jeder Lektion an der HB-Kasse.

| | | | | |
|------------|------------|--|---|--|
| 27.09.2021 | Montag | 08.45 – 09.30 Uhr 09.45 – 10.15 Uhr | Step/Body smartAbs | Nicole Nicole |
| 28.09.2021 | Dienstag | 18.00 – 18.45 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr | Bauch-Beine-Po Funktionaltraining | Prisca Prisca |
| 29.09.2021 | Mittwoch | 19.00 – 19.45 Uhr 20.00 – 20.45 Uhr | Zumba Zumba | Jenny Jenny |
| 30.09.2021 | Donnerstag | 08.30 – 09.15 Uhr 09.30 – 10.15 Uhr 18.00 – 18.45 Uhr 18.30 – 19.15 Uhr | Step Pilates Zumba Outdoortraining | Damaris Damaris Fränzi Nicole |
| 01.10.2021 | Freitag | KEINE STUNDEN | | |
| 02.10.2021 | Samstag | KEINE STUNDEN | | |
| <hr/> | | | | |
| 04.10.2021 | Montag | 08.45 – 09.30 Uhr 09.45 – 10.15 Uhr | Step/Body smartAbs | Nicole Nicole |
| 05.10.2021 | Dienstag | 09.30 – 10.15 Uhr 18.00 – 18.45 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr | Rückenfit Bauch-Beine-Po Funktionaltraining | Jasmin Prisca Prisca |
| 06.10.2021 | Mittwoch | 19.00 - 19.45 Uhr 20.00 – 20.45 Uhr | Zumba Zumba | Jenny Jenny |
| 07.10.2021 | Donnerstag | 18.30 – 19.15 Uhr | Outdoortraining | Nicole |
| 08.10.2021 | Freitag | 08.45 – 09.30 Uhr | Dance Aerobic | Damaris |
| 09.10.2021 | Samstag | KEINE STUNDEN | | |

| | | | | |
|------------|------------|---|---|---|
| 11.10.2021 | Montag | 08.45 – 09.30 Uhr 09.45 – 10.15 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr | Step/Body smartAbs Pump | Nicole Nicole Corinne |
| 12.10.2021 | Dienstag | 09.30 – 10.15 Uhr 18.00 – 18.45 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr 20.00 – 20.45 Uhr | Rückenfit Bauch-Beine-Po Funktionaltraining Antara | Jasmin Prisca Prisca Regina |
| 13.10.2021 | Mittwoch | 08.45 – 09.30 Uhr 09.45 – 10.30 Uhr 18.00 – 18.45 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr 20.00 – 20.45 Uhr | Bodytoning Pilates Pump Zumba Zumba | Damaris Damaris Corinne Jenny Jenny |
| 14.10.2021 | Donnerstag | 10.30 – 11.15 Uhr 18.30 – 19.15 Uhr | Seniorenfit Outdoortraining | Yvonne Nicole |
| 15.10.2021 | Freitag | 08.45 – 09.30 Uhr | Dance Aerobic | Damaris |
| 16.10.2021 | Samstag | 10.00 – 10.55 Uhr | Bodytoning | Carmelina |

Ab Montag 18.10.2021 Kurse nach Group-Fitness Stundenplan.
Kinderbetreuung offen Mo, Di, Mi, Fr 08.30 – 11.15 Uhr
Do 08.15 – 11.30 Uhr

Wir wünschen euch schöne
Herbstferien
Euer Groupfitness Team

