MODUL KURSE

Der Kursspezialist

mit mehr als

200 Kursen

facebook Gefällt mir

Kurse finden ab 4 Teilnehmern statt

KURSRAUM 1

MO 8.00 - 22.00 Uhr	DI 6.30 - 22.00 Uhr	MI 8.00 - 22.00 Uhr	DO 6.30 - 22.00 Uhr	FR 8.00 - 22.00 Uhr	SA April - August geschlossen	SO 9.00 - 14.00 Uhr
	8.30 75 min WIRBELSÄULEN GYM+STRETCHING Monika E-F		9.00 90 min CHI-BALL Monika E-F			
10.30 90 min FIT ÜBER 50 Henry E-F	10.00 75 min WIRBELSÄULEN GYM+STRETCHING Monika E-F	10.30 WIRBELSÄULEN GYMNASTIK Henry E-F				10.00 POWER WORKOUT E-F
		11.30 30 min STRETCHING Henry E-F				11.30 30 min SPECIAL BAUCH +STRECHING E-F
						12.00 ZUMBA Tanya E-M
				16.00 WIRBELSÄULEN GYMNASTIK Steffi E-F		
	17.00 NEU FASZIEN-WORKOUT E-F	17.45 STEP AEROBIC Veit M	17.30 ZUMBA Steffi E-M	17.00 ZUMBA Bobi & Ilian (Bulgarien) E-M	16.30 NEU FASZIEN-WORKOUT E-F	
18.00 DANCE AEROBIC Veit E-M	18.00 RÜCKENFIT Bobi E-F	18.00 NORDIC- / WALKING MSC 3 E-F		18.00 POWER BARS Tanya / Kristina E-F		
19.00 POWER WORKOUT Veit E-F	19.00 ZUMBA Bobi E-F	18.45 POWER BARS CROSSING Veit E-F	18.30 90 min YOGA Juliane E-F	19.00 30 min SPECIAL BAUCH STRETCHING Tanya / Kristina E-F		
20.00 STEP EINSTEIGER Veit E	20.00 YOGA Stefan E-F	19.45 15 min SPECIAL BAUCH Veit E-F	20.00 NEU FASZIEN-WORKOUT E-F			
		20.00 WIRBELSÄULEN GYMNASTIK Veit E-F				

MSC III

✆ 4 22 98 35 · Lützner Str. 195

www.matthias-sportcenter.de

MATTHIAS SPORT CENTER